

# জাতিগী থৌরম থরা



টোবোলাসী



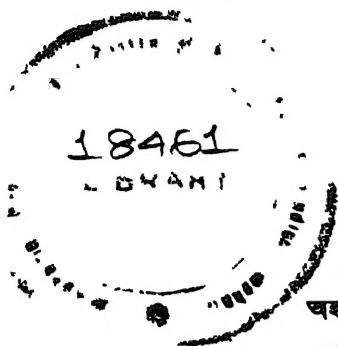


# জ্ঞাতিগী থৌরম খৰা

শ্রীনিংখৌজম ইবোতোদ্বী সিংহ

বিঃ এঃ, ডিঃ পিঃ এড ( এন, এফ, সি ) বিঃ এড,  
প্ৰিন্সিপেল টিচৰ চুৰাচাঁদ ৰায়ৰ সেকেণ্ডৰী স্কুল, ইম্ফাল ।

ফাওজবী :  
ত্ৰিনিথোজম মেমচা দেবী  
এলাংবম লৈকাই ।



১২৭৪  
অহানবা থুংনম  
কোপি ১০০০

লাইব্ৰিক ফংকম—

- ১। ৰোয়েল বুক হাউস, শিংজমৈ
- ২। ডিভাইন বুক ডিপো: পাউনা ৰোড।

---

ছাপা নক্ষম—ডি, মণিপুর গীতা প্রেস, শিংজমৈ, ইক্ষাল ।

## FOREWORD

ত্ৰিনিংখোজম ইবোতোদ্বী সিংহ, এসিষ্টেণ্ট টিচৰ চুৱাচাঁদ  
হায়ৰ সেকেণ্ডৰী স্কুলনা ইবা “জাতিগী ধোৱম থৱা” হায়ৰা অসি  
মকোক্তগী লোইবা কাওবা পাৱে । পীক্ৰিবা অঙাংশিংদা মশা-মউ  
কনবা, লমচং-ব্যবহাৱ খঙনবা, মৌৱক তিনবদা চংকদবা শাজংকৌ  
ওইবা লাইৱিক অমসং লৈৱবদি য়ান্না মুংঙাইগনি থল্লম্মী । অদুগা  
হোজিকৌ নহাৱোলশিংগী মফদদা অসিগুয়া অৱাংপা লৈৱবসিবু  
কৱম্মা মেনথংকদগে হায়না ধোৱাংলম্মা অদু ত্ৰিসিংহনা মতাং-চানা  
পুথোক্তকপা অসিদা পুংক্ৰিংদা মুংঙাইবা কাওই ।

হোজিকৌ নহাৱোলশিংদা অসিগুয়া কিজিকেল এডুকেসনগী  
মৰু ওইথ্ৰবা প্ৰোগ্ৰাণু লাইৱিক মচাসিনা অশুকৌ মতিক কাম্বা  
ফংগনি হায়বগী অশেংবা লমজিং পা । লাইৱিক অসিগী মশাদা  
ভাৱক ভাৱক নাইনা জাতিগী ওইবা, ভোদবা যাদ্ৰবা ধোৱম-  
শিংগা কোম্মনা পৃথিবীগী ওইবা মমাম্বা মৱস্তা কৱম্মা তিল্লুগদগে  
অমদি কৱম্মা চঙশিল্লবগে হায়বগী ৱাফম অমসং মমা লৈবাকৌ-  
দমক ধোদাং যাবদা মথোয়গী ধোদাং কৱিনো হায়বদু লেখক  
নিঙথিনা ৱেফৱেন্সকা কোম্মনা মৱেক শেংনা শেংনা পল্লি ।

অৱোইবা ওইনা লাইৱিক মচা অসিমৰু হোজক মন্তমগী  
চুনৱবা জাতিসিগী নহাৱোলগী লমজিং ওইগনি হায়বসি তশেংন  
থাইে ।

ত্ৰীথাংজম মধু সিংহ

ডিপুটি ডাইৱেক্টৰ ওফ এডুকেসন (পি)

মণিপুৰ গোভৰ্ণমেণ্ট ।



## ବାଫସ୍ତ ଧରଦଂ



“ଜାତିଗୀ ଥୋରମ ଧର” ହାୟବା ଲାହିରିକ ମଚା ଅସି କିଜିକେଲ  
ଏଡୁକେସନ ପ୍ରୋଗ୍ରାମଗୀ ମନ୍ତୁଂ ଚନବା ହୁଲଗୀ ଥୋରମ ପରେଂ ଧରନି ।  
ଲାହିରିକ ଅସି ତାହକ ମରିନା ଶାଜବନି ।

### ଅହାନବା ତାହକ

ତାହକ ଅସିନା ଜାତିଗୀ କିରାଲ, ଜୈଶ ଅମନ୍ତୁଂ ଲୈବାକ ନିଢବା  
ଜୈଶିଂ ହିନ୍ଦୀ ଅମନ୍ତୁଂ ମଗିପୁରୀଦା ଯାଓରି । ଅସିଶୁନ୍ଦା ଜାତିଗୀ  
କିରାଲ ଅସିଗୀ ମତାଂଦା ହୁଲଗୀ କିରାଲ ଚିଞ୍ଚିଂପା ଅମନ୍ତୁଂ ଲୋଥ-  
ବଗୀ ମରୁ ଓହିବା ନିୟମ କୟାନ୍ତୁ ମରୁ ଓହିବା ଲାହିରିକ କୟାଦଗୀ  
ନୈନଜରଗା ମିଜାରି । ହୁଲଗୀ ଅଢାଂଶିଂଦା “ଲୈବାକ ନିଢବା ଜୈଶ”  
ଅସି ଶକପା ଡହୀବନା ମମା-ଲୈବାକ ପୋରୁଫୟ ଲମଦମବୁ ମୁଂଶିବଗୀ  
ହିଞ୍ଜିଲ ଶେମଗଂପଦା ଧରଦଂ ମତେଂ ଓହିଗଦରା ହାୟଦୁନା ହାପଚିଞ୍ଜି ।

### ଅନିଶୁବା ତାହକ

ତାହକ ଅସି ମାହିନର ଗେମସ କୟାନା ପୁନଶିଲ୍ଲଗା ଶେମଜବନି ।  
ଅସିଶୁନ୍ଦା ଗେମଶିଂ ଅସି ଶାମ୍ବନା ଅଢାଂଶିଂଗୀ ଅହାଢବା ମତ୍ତମବୁ  
ମୁଂଢାହିବା ମଓଂଦା ଶୀଞ୍ଜିଲ୍ଲହନବା ଓମଗତ୍ରା ହାୟନା ଧଞ୍ଜଦୁନା ହୋଂ-  
ନଜବନି ।

### অহমশুৰা তাহক

তাহক অসিনা ড়িল অমসুং মাৰ্চিংগী নিয়ম খৰনা শেম-  
জবনি। অসিগুহা তাহক অসিনা ফুলগী অঙাংশিংনা প্লে-ডে,  
ফ্ৰেগ সেলুটেসন অমসুং অতৈ অতৈ অতোপ্পা স্পোৰ্টস মিট  
কয়াদা শীজিল্লবদ নস্তনা ফুলগী অঙাংশিংগী মশা মউ কৰা অমসুং  
ডিসিগ্লিনগী মতাংদা খৰদং মতেং ওইগদরা বন্দুনা হাপচবনি।

### মৰিশুৰা তাহক

তাহক অসি পৃথিবীদা চেন্নরিবা পৃথিবীগী ওলিম্পিক  
গেমসগী মরমদা খৰা বজিক্তং ফুলগী অঙাংশিংনা বঙহনবা  
অসিনা, শোথহৌরবা শাম্বগী থবক অসি ফুলগী অঙাংশিংদা  
কান্নবা খৰা লাক্কা বজুতুনা হাপচবনি। অসিনা নস্তনা মমা  
লৈবাকপু নিঙবা, অমগা অমগা মুংশিনবা, পুমা থবক তোমিল্লবগী  
ব্রাখলদা খৰদং মতেং ওইগদ্রা থৈজ।

মথক্তা পীজপ্ৰিবা থৌরম পৰেংলিং অসি ফিজিকেল এডু-  
কেসনগী থৌরম পৰেং ওক্তনি। মণিপুৰদদি ইনৌ-নোবা বাক্সক  
নক্ৰবস্ শোথরিবসিগী মরম অসি থিগে হায়বদি হোজিকী পৃথি-  
বীদা ফাওরবা মৌওই কয়াগী মত খৰা লোবা তাবনা মখাদা  
খৰদং পজরি।

হোজিকী শিক্ষাগী পৰাপ অসি চাওখেলকুৰা বিজ্ঞানগী  
মতুং ইয়া মমাংঙেগী চেন্নরহা শিক্ষাগী মওং 3 Rs. হায়বদি  
Reading, Writing অমসুং Arithmetic অহু মপুং কাবা



শিক্ষা অমগ্না লৌনরক্ৰে । মতমগী খোঙলৈ মতুং ইয়া শিক্ষা অসিনা অঙাং অমবু হিৰম খুদিংমক্ৰা মপুং ফাহনবা অসিনি । মপুং ফাহনবা হায়বদি হকচাং ফবা, পুৰিং তপ্লা, সমাজগী মীওই অমা ওইবা অমসুং অধ্যাত্মিকী ওইবা ৰাফম অসিনচিংবা অসিনি । অসিগুহা মপুং ফাবা শিক্ষা অসি শাগৎপা মতমদা 'ফিজিকেল এডুকেসন' অসি অমনি । শিক্ষা অসি মীওই কয়া কয়ানা মথোয় মথোয়গী তোঙান তোঙানবা মোত পানরি । Dr. J. B. Nash না অন্ত্ৰা হায় -

**"Physical Education is an education through physical activities for development of total personality of the child to its fullness and perfection in body, mind and spirit "**

অসিগুহা শিক্ষা অসিগী জগৎ অসিদা ড্রিল অমসুং মাৰ্চিং, ফিজিকেল ট্ৰেনিং, গেমস অমসুং স্পোর্টস অসিনচিংবা খোরমশিং অসি ইচম-চম্বা খোরম নন্তে । মথোয়শিং অসি পুৰিং অমসুং হকচাংবু মরি লৈনহনবা গুহা মখলগী শিক্ষা অমনি ।

কনা কনাগুহনা অন্ত্ৰা লৌনবসু য়াওই মদুদি "ফিজিকেল এডুকেসন অসি হকচাং ফননবগীদমক পীবা অঙাংশিংগী লাই-ৱিক-লাইশু তম্বদা মতম মাঙগদবা কামদবা বিষয় অমনি, মসিগী মহতা অক, ইংৰাজীনচিংবা তম্বনা অঙাংশিংগী চাওখৎপা হেন গনি ।" অসিগুহা ৰাখল চেনবা মীওইশিং অসি অৱানবা ৰাখলদা পুৱে হায়বদা হায়মনবা থোক্ৰাই । কৰিগুহা অচুহা মওন্দা ফিজিকেল এডুকেসনগী খোরমশিং অসি অঙাংশিংদা উদ্বিৰবদি লৈবাক অমগী লাইৱিক-লাইশু হৈৱবা নাগৰিক অমনা লৈবা

মণ্ডলশিং—চোকশিন-খোইজিনবা, নিয়ম নাইবা শাজে, পুন্না  
 ধবক শুমিল্লাবা, পুন্না শান্নমিল্লবগী বাখল, পাইরকী লৌশিং.  
 খোনা কবা, রাজভক্তি লৈবা, অহল-লম্বল অমসুং লৈবাকী  
 চেনবীদা ব্যবহার লৈবা অসিনচিংবা অসিনি। অসিগুয়া মওং  
 অসিদা কিজিকেল এডুকেসনগী থোরম কয়গী পান্বেনা মপুং  
 ফাৰা শিক্ষা অসি পী হায়বসি খনবীকম থোকই।

মখাদা কিজিকেল এডুকেসনগী তোঙান তোঙানবা definition খরা পীদি।

**"Physical Education is the social process of change in the behaviour of the human organism, originating primarily from the stimulus of social big-muscle-play and related activities"—C. C. Cowell.**

**"Physical Education is that part of that general education programme which is concerned with the growth, development and education of children through the medium of big muscle activities, it is education of the whole child by means of physical activities. Physical activities are the tools. They are so selected and conducted as to influence every aspect of child's life—physically, mentally, emotionally, morally"—H. C. Buck.**

**"Physical education is the sum of man's physical activities selected as to kind and conducted as to out comes"—Jesse Feiring Williams.**

“Physical education is that phase of education which is concerned, first, with the organisation and leadership of children, in big muscle activities, to gain the development and adjustment inherent in the activities according to social standards, and second, with the leadership of the activities so that the educational process may go on without growth handicaps”—*Clark W. Hetherington*.

অসিগুণ্য মণ্ডলিং অসিদগী কিত্তিকেল এডুকেসনগী থো-  
রমলিং অসি লৈবাক লৈবাকী ওইবা Philosophy, tradi-  
tion অমন্ত্ৰং ৰাজনিতিগী ৰোঙথাং মতুং ইল্লা চথৈ । খুদম ওইনা  
হায়ববদা চিনগুণ্য লৈবাক্তা ড়িল অমন্ত্ৰং মাৰ্চিং অসিনা মথোয়গী  
মকু ওইবা থোরম ওই । অদুবু ভাৰতকুণ্য গণতন্ত্ৰগী লৈবাক্তদি  
মৌপুম ধুদিংমক অসি মশা-মউ কৰা, লুচিংবগী শক্তি লৈবা  
অমন্ত্ৰং মপুং কাৰা নাগৰিক অমমম ওইবা অসিনচিংবা অসি কিত্তি-  
কেল এডুকেসন অসিগী মকুওইবা উদ্দেশ্যনি । J. F. Williams  
না অমন্ত্ৰা হায়ববদা -

“Physical Education should aim to provide skilled leadership and adequate facilities, which will afford an opportunity for the individual or group to act in situations which are physically wholesome, mentally stimulating and satisfying, and socially sound ”

অমুক ষ্বেংসি, ‘Aim’ হায়ববা অসিগী অৰ্থদি “direction”  
বক্তৰা “point” হায়বনি । খুদম ওইনা হায়ববদা নোংমৈ কাপ্লা

নিপা অমনা শক্তি অমদা aim তোঁরি । অসিনা খঙহল্লি, মদুদি নোংমৈ কাপা নিপা অসিগী মক ওইবা পান্দমদি শক্তি অদুবু পালহনবা অদুবুনি । খাট্টেগেংনা হায়বদা, অসিগুয়া খুঁম অসিদা, শক্তি অসি হাংপা অসিনা নিপা অসিগী aim নি অমস্তঃ নোংমৈ অদুনা হেক কাপতুনা শক্তি অদ পান্দুন। লৈমায় থক্কা তুবা অসিনা অরোইবা পম্বুংকম ( ultimate goal ) ওইগনি । অসিগুয়া মওং অসিদগী ঐখোয়না খঙবা ওয়ে, মদুদি করিঙ, থবক অমা তোঁবা মতমদা aim অমস্তঃ goal লৈ হায়বসি । অম্বুনা স্থলগী অঙাংশিংবু মশা-মউ ফহনবা অমস্তঃ মপুং ফাবা নাগরিক অমমম ওইহনবা অ স ফিজিকেল এডুকেসনগী ওকাশিং ( P. E. T. ) গী aim নি । অমরোমদা স্থলগী অঙাংশিং অসিনা মশা-মউ ফবগা লোয়ননা মপুং ফাবা নাগরিক অমমম ওইহনবনা পান্দম অসিগী পম্বুংকম ওইগনি ।

অদুগা অম্বুনা নিঙশিংসি মশা-মউ ফবা পূকচেল তপ্পা, মবুদ্ধি মরোশিং লৈবা, মপুং ফাবা নাগরিক অমা ওইবা হায়বসি নোংমৈ নল্লগা চহি ৩/৪ গী মূংদা হেক ওইবা য়াবা নহে । মসি অম্বুনা মতিক মতম য়ান্না চঙলবা মতুংদা ওইরকপা ফলনি । মতৌ অম্বুনা ফিজিকেল এডুকেসনগী উদ্দেশাদি অম্বুনা মতিক য়ান্না পাক-চাউথরে, মদুদি অসিগুয়া পিকা অসিগী অখঙ অই-শিংনা মাগী মাগী ওইবা মত কয়ামরুম পীনবল্লি ।

মখাদা অখঙ-অইহিংগী উদ্দেশ্য থরম্বু পীরি : -

১। হকচাংগী কায়াং খুঁদিংমক য়ান্না কনা থবা ।

২। জ্ঞান চাওখংপা।

৩। সমাজগী লমচৎ-বাবহারবু খঙনা মপুং কাবা নাগরিক  
অমা ওইবা।

৪। পোলাবগী মন্তমবু নিঙথিজবা মওংদা শীভিন্নবা।

৫। মতিক চাবা লিডর থোকহনবা অসিনচিংবা।

১। হকচাংগী কায়াং খুদিংমক য়ান্না কনা থন্থা :— মী  
অমগী মশা-মউ কনা লৈবা হায়বা অসি হকচাংগী organic  
system শিং অসি মাগী মাগী মথৌ নিঙথিজনা তৌরিবা মথৈ  
মশা-মউ কবা মী অমনি হায়না লৌনৈ। মথোয়শিং অদুদি  
—Respiratory System, Circulatory System, Dige-  
stive System, Exeretary System অসিনচিংবা অসিনি।  
ঐথোয়না চাং নাইনা শান্নবা নজ্জগা হকচাংগী শাজেল তৌরবদি  
অসিগুন্না হকচাংগী কায়াংশিং অসিগী শক্তি অসি হেঙ্গংলকই।  
অসিগুন্না মওং অসিদা শীভিন্নরবদি খাঙবা কনবা, অমন্তুং  
শক্তি লৈবা হকচাং অমা ওইবা উম্মি।

২। জ্ঞান চাওখংপা : ঐথোয় মীওইববু মশানা মশাবু  
হাখল খলহজ্জবা, অমন্তুং অরুবা থবকপু লায়না পাঙথোকপগী  
শক্তি পী। খুদম ওইনা হায়রবদা কনাগুন্না অঙাং অমনা kho-  
kho শান্নবদা য়ান্না হৈথোই-শিংথোইবদু অতোপ্লা বিজ্ঞানগী  
মরম অমদন্তু হৈথোই-শিংথোইগনি অসিগুন্না মওং অসিদগী  
হায়বা য়াই, নাহা ওইরিবা অঙাংশিংদা ফিজিকেল এডুকেসনগী

ধৌরম পরেঃ কয়া অসি পীরবদি মখোন্ন মখোন্নগী পুক্রীংগী  
শক্তি অসি চাওখেলকনি হায়বসি অখঙ-অহৈশিংগী মতনি ।

৩। সমাজগী লমচৎ-ব্যবহার খঙনা মপুং কাবা নাগরিক  
অমা ওইবা :—মীওইবা হায়বা অসি পৃথিবী অসিদা লৈরিবা  
জীবশিংগী মনুংদা মশাগী স্বাধল খঙবা ওহা, পুন্না সমাজ  
অমদা লৈমিন্নবা পান্থা জীব অমনি হায়বসি মীপুম খুদিংমক্কা  
য়ানরবা স্বাক্ষি । অসিগুহ্মা মী অমা ওইবদা চেনবা গুণ কয়া  
হায়বদি—মশাবু মশানা ধাজবা, মশাগী ওইজবা ধাদোকপা,  
স্বাক্ষ-ভক্তি লৈবা, পুন্না থবক্ শুমিন্নবা, হায়বা ইনবা, অমন্তুং  
অরা-অনা কয়াবু মায়য়োক্কা ওহা অসিনিচিংবা অসি ফিজিকেল  
এডুকেসনগী ধৌরম কয়াদগী কংবা ওম্মি । অসিদা নন্তনা  
খুদোংখীবা কয়া মায়য়োক্কা অমন্তুং পাইরকী লৌশিং কয়া  
গেমসভগী কংবা ওম্মি । মরম অসিনা ফিজিকেল এডুকেসন  
অসিনা সমাজ অমা শেমগৎ-শাগৎপদা অচোবা শল্লক অমা  
স্বাক্ষি ।

৪। পোখাবগী মতমবু নিঙখিজবা মওংদা শীজিন্নবা :—  
মীওইবা ঐখোয়না নোংমা নোংমগী চারিবা য়েহাং অসি মওং  
মওংগী হোংহুনা চানিঙডি । খুদম ওইনা হায়বদা ওা হোংহু-  
নতা চারিবা মী অহুন্তু নোংমদি মনা মশীংগীন্তু মচানিংঙকই ।  
অসিগুহ্মা ঐখোয়না নোংম নোংমগী শুরিবা থবক, তম্মিবা লাই-  
রিক, শূদ্রনতা তমদ্রনতা লৈনদে, অহুনা পোখাননবা মতম থর  
থরদি মথমঠৈ । অসিগুহ্মা পাউরৌ অমন্তু লৈ—“All work

and no play makes Jack a dull boy. All play and no work makes Jack a mere toy” অনুস্মা মী অমনা মহাকী থবক্তা নল্লগা শাল্লদুনভা লৈরবন্থ শোয়দনা কান্দবা, চুমদবা মওং ওইরকনি।

অসিগুস্থা কিমদা ফিজিকেল এডুকেশনগী মথাদা রিক্রেসনেল ওইবা ধোরম কয়া পীলবদি অরাবা পুন্নমক কাউথোক-হল্লি অমসুং মসিগা লোয়ন-লোয়ননা অনোবা রাখল অমসু পোকহনবা উম্মি।

মরম অসিনা পৃথিবীগী অখঙ-অইহেশিংনা থাজনরি, মদুদি অঙাংশিং অসিদা ফিজিকেল এডুকেশনগী ধোরম পরেং অসি পীলবদি (ক) মশা কতবা (খ) রাখল খনবগী শক্তি রাংপা, (গ) কতবা লোশিং শীজিন্নদনা, মশাবু ঙাকথোরবা হোংনবা, (ঘ) ডিসিপ্লিন লৈরক্তবা অসিনচিংবা অসি থোকহল্লি। মরম অসিদগী অঙাংশিংবু মশা মউ ফহনবা, মশাগী রাখল শীজিন্নবা ভল্লিবা অমসুং অরুবা ভানফমদা মায়রোং য়াবা অসিনচিংবা ফিজিকেল এডুকেশনগী য়ান্না মরু ওইবা উদ্দেশ্য অমা ওইরি।

৫। মতিক চাবা লিডর থোকহনবা: সমাজ অমগী য়ান্না দরকার ওইবা, মতিক চাবা লিডর থোকহনবা হায়বসি শিক্ষা অসিগী উদ্দেশ্যশিংগী মসুংদা মরু ওইবা অমনি। গণ-ভক্ত চংপা লৈবাক অমা ওইবা মরম্মা ভারতসু অসিগুস্থা মখলগী লিডর কয়া থোরকবা, পীল্লিবা স্কুলগী অঙাংশিংদগী মথোঙ শোয়দি অনুস্মা মীওইশিং অসি অহানবা পাঠশালাদগীনা অরাংবা থাকী

বিশ্ববিদ্যালয় ফাওবগী থাক ফাওবদা চঙদবা য়াদ্ৰবা অমনি । মরম  
অদুনা ক্লাসকী লিডর, হাউসকী লিডর, শাল্লবগী লিডর অসিন-  
চিংবা শিক্ষা অসি স্কুলগী অঙাংশিংদা য়ান্না মরু ওইবা ধোরম  
অমা ওইরকই । অসিগুন্না লিডরশিং অসি শেমগন্তুনা মতিক  
চাবা ধোদাং কয়া শিল্লরগা মথোয়বু মতিক চাবা লিডর অমমম  
ওইহনবা হায়বসি মতম অসিগা য়ান্না চুনরবা শিক্ষাগী পথাপনি ।

হায়জনিঙবা অমনা এহাক্সা ইরৈবাক অসিগী নাহারোল ছাত্র  
ছাত্রীশিংদা আপিল ভোজরি—“ঐথোয় খুদিংমক ইশা ফনবা হোৎ-  
নসি, হায়বা ইনবা বাবহার খঙবা ওইসি, ইমা লৈবাকপু নুংশিসি,  
ঐথোয় খুদিং পুন্না অমত্তা ওইবা লিচিংদা হিংমিল্লসি” অসিনি ।  
মসিদা নাহা ওইবগী রাখ্মা করিগুন্না লমফৈ অমা লাক্সবদা অখঙ-  
অহৈ, অহল-লম্মা ঐথোয়বু চুমথোকপিসনু । লাইরিক মচা অসি-  
মত্তং থোক্সবা হোৎনবদা অরাবা শরুক য়াবিখিবা শ্রীও, ভোগেশ্বর  
সিংহ লিটরেরি ফেলোসিপ মণিপুর স্টেট কলা একাডেমী, শ্রীমঙ্গী  
সিংহ, গীতা প্রেস মেনেজর, শ্রীজয়ন্তকুমার শর্মা, ওল ইণ্ডিয়া  
রেডিও, ইক্ষাল অদুগা শ্রীযুক্ত থাংজম মধু সিংহ ডিপুটি ডাই-  
রেক্টর ওফ কিজিকেল এডুকেশন মণিপুরগী মফমদা ঐগী শিংওম-  
জবা লম্মন তোনশিঙৈ । অরোইবদা লাইরিক মচা অসি অহানবা  
থোক্সবা হোৎনবদা অরাবা খুদোংখীবা কয়াসু য়ায়্মোক্সজখি । মরম  
অসিনা অরান-অহই য়াওরস্থা অমদি সজেশন তাকপিরকপা পুন্না  
মতুংগী খুৎনমদা হাপচবা য়ানবা কিগাও শাজরি । —জয় হিন্দ  
শ্রীনিংথোজম ইবোভোয়ী সিংহ



## ସାଠକର ଡାକଣା

ହୀରମ

ଲମାୟ

### ଅହାନିଆ ଡାକଣା

୧।	ଜାତିଗୀ ଫିରାଲ ଅମନ୍ତ ଡ୍ରୈଣ	—	୧
୨।	ଜାତିଗୀ ଫିରାଲ ଶିଞ୍ଜିରବା ଗୁମିଂଶିଂ	—	୫
୩।	ଫିରାଲ ଲୋଥବଗୀ ନିୟମ	—	୧୧
୪।	ଜାତିଗୀ ଥୁଦମ	—	୧୩
୫।	.. ଡ୍ରୈଣ	୧୫ -	୨୪

### ଅନିଶୁଆ ଡାକଣା

୧।	ମାନ୍ଦର ଗେମର	୨୫ -	୪୧
----	-------------	------	----

### ଅହମନ୍ତ ଡାକଣା

୧।	ଢିଲ ଅମନ୍ତ ମାଞ୍ଜିଂ	—	୧୨
୨।	ସାବଧାନ ଅମନ୍ତ ବିଶ୍ରାମଗୀ ପୋଞ୍ଜ ଗୋକ	—	୧୫
୩।	ଢାହିନେ ମୁରଗୀ ପୋଞ୍ଜ ଗୋକ	—	୪୬
୪।	ବାହିନେ ମୁରଗୀ .. ..	—	୧୭
୫।	କୁଇକ୍ ମାର୍ଟକୀ .. ..	—	୪୮
୬।	ସାମନେ ସେଲୁଟକୀ ପୋଞ୍ଜ ଗୋକ	—	୧୦
୭।	ଧିରେ ଚଲଗୀ ପୋଞ୍ଜ ଗୋକ	—	୫୬
୮।	ତିନ କାମିନର ଲଗାୟେଞ୍ଜେ ପୋଞ୍ଜଗୀ ଗୋକ	—	୫୭

হীরম

লামায়

অভিযুক্ত। আঙ্ক

১।	ওলিম্পিক গেমস	—	৫৯
২।	বারাধোন রেস	—	৬৯
৩।	ওলিম্পিকী ফিরাল	—	৭১
৪।	ইন্ডিয়ান ওলিম্পিক এসোসিয়েসন	—	৭২
৫।	ওল ইন্ডিয়া কাউন্সিল ওফ স্পোর্টস	—	৭৬
৬।	এসিয়ান গেমস	—	৭৯



# জাতিগী থৌরম্ম খৰা



অহানবা তাক্কক

জাতিগী ফিৰাল অমস্ত্ৰং ঙ্গৈশ

( *The National Flag and Anthem* )

স্বনীং মখা তল্লবা জাতিশিংনা মশা-মশাগী মনীং মখা তল্লবা  
মশাগী ফিৰাল অমস্ত্ৰং ঙ্গৈশ লৈজবগুম্বা, ইনীং ইখা তল্লবা ভারত  
ঐখোয়স্ত্ৰ ইশাগী ইনীং ইখা তল্লবা খুদম ওইনা জাতিগী ফিৰাল  
অমস্ত্ৰং জাতিগী ঙ্গৈশ লৈজৈ । কনষ্টিটাসন, ফিৰাল অমস্ত্ৰং  
জাতিগী-ঙ্গৈশ অহম্ম অসি জাতি অঙ্গী মরলনি । মরম্ম অসিঙ্গী

জাতিগী ফিরাল অমদি জাতিগী ঙ্গৈশ ( The National Flag & the National Anthem ) অনি অসিগী মরমদা থিজিনবা হায়বা অসি ঐথোয়গী ভৌদ্রবা যাদ্রবা ইথৌদাংনি । স্বরাজ ফংলবা লৈবাক খুদিংদা জাতিগী ফিরাল অমন্ত্ৰ জাতি ঙ্গৈশ অনি অসিগী মরুওইবা উদ্দেশ্য অঙাংশিংদা তম্বি । অস্ত্রম্মা তম্বিবা অসিনা অঙাংশিংগী থম্মোয়দা মরৈবাক নিঙবা, মরৈবাকপু তুংশিবা অমন্ত্ৰ পোক্ৰফম লমদমবু বেভার ভৌবা অদিনচিংবা অসি নহা ওইরিবা অঙাংশিংগী থম্মোয়দা অনৌবা ইথিন অমা পীরকই । মরম অসিদগী শিক্লিবা অঙাংশিংদা জাতিগী ফিরাল অমন্ত্ৰ জাতিগী ঙ্গৈশ তম্বিবা অসি মরু ওইবা থৌদাং অমনি ।

### \*মুন্না জাতি-ফিরালগী বারী

ভারত জাতিগী ফিরাল ( The National Flag ) অসি ইং শোক ১৯৪৭ জুলাই ২২ দা ভারতকী কনষ্টিটুয়েন্ট এসেমব্লী ( the Constituent Assembly of India ) না য়ানচুনা ভারতকী পার্লিয়ামেন্ট হাউস্তা জাতিগী ফিরাল অসি \*ইহান হান্না পাইথি অদুগা ভারত জাতিগী নুপাশিংনা আগষ্ট ১৪/১৫ গা অহিংদা ফম্বিবা কনষ্টিটুয়েন্ট এসেমব্লীগী মফমদা শিল্লখি । মতৌ অস্ত্রম্মা ইং শোক ১৯৪৭ আগষ্ট ১৫ দা ভারত জাতিগী ফিরাল অসি মনৌ-মখা তম্বা অতিয়াদা পাইথি ।

### ফিরালগী মওং মতৌ

ভারতকী ফিরাল অসি মচু অহমগী ফিরালনি, গেরুবা ( Saffron ), অশংবা (Dark green) অমন্ত্ৰ অঙৌবা (White)

মচু অহম অসিনি। অঙোবা মচুনা, মচু অহম অসিগী ময়াদা  
অভিয়া মচু ( Navy blue ) গী অশোক চক্র অমা য়াওই। অশোক  
চক্রগী পাকচাউবসি চাউরাক্কা অঙোবা মচুগী মরাকী ২:৩ (শরুক  
অহম থোকপগী অনি) গী চাংদা ওইগনি। মচু অহম অসিনা ভারত-  
কী সভ্যতা অমসুং জাতিগী নোমদা পুক্রিং চঙবগী অর্থ উৎলি।

### গেরুবা ( Saffron )

গেরুবা মচু অসিনা পুক্রিং চঙবা অমসুং থোনা ফবগা  
লোয়ননা ধরায় কংথোকপা উৎলি। মসি ঐথোয়গী ইতিহাসকা  
য়ান্না মরী লৈনৈ মছদি সাধু অমসুং সন্ন্যাসি ( Sadhu  
Sanyasee ) না মথোয়গী ধৌরী ওইনা শিজিন্নরমই অমসুং রাজ-  
পুটকী লান্মীশিংনা মথোয়গী লানগী ফিজোল ওইনস্ত শিজিন্নরম্মী।

### অঙোবা (White)

অঙোবা মচুনা অচুয়া অমসুং অশেংবা শান্তিগী অর্থ পী।  
অচুয়া ডাঙবা. অশেংবা ধবক ভোবা অমসুং অফবা ব্রাঞ্চল  
ধনবা অসি ঐথোয়গী শিঙথানবা য়াবা নুপা নুপীশিংগী থোনানি  
হায়বা তাকই।

### অশংবা মচু (Dark green)

অরোইবা মচু অসিনা ধর্ম অমসুং পুন্সিগী ওইবা মতম  
খুদিংমক্তা চাওখংপগী খুমাং চাওশিনবা উৎলি। মসিনা অসিমসু  
খঙহল্লি মছদি প্রকৃতিনা ঐথোয়গীদমক লম অমসুং ঙ্গিংশিং  
পীবিবগা লোয়ননা কন্ন নোমচুনা চাওখংপা খোঙথাংদা পুরকপছ  
উৎলি।

## চক্র ( Chakra )

চক্র অসি নিংথৌ অশোকী সর্গাথ লাইওন কেপিটেল (Sarnath Lion Capital) দা উবা ফংট । ঐখোয়না খঙই মদুদি মহারাজ অশোকা অচুয়া ধর্ম্য অমন্তং শান্তিগী মণ্ডনা মহাকী খুংলাই ওইনা চক্র অসিনা ঐখোয়দা মখল কয়া কয়াগী অর্থবু খঙহ্লি । পাস্তন কনা অরেপ্পা লৈতনা, মতমলৈবা শিবিক্তা খুমাং চাও-শিনবা অসিনচিংবা তাকই । অসিগুয়া শক্তিগী খুদম অসি ঐখোয়গী ইপা ইপুশিংনা ঐখোয়দা মথং মথং ওইনা শিনবোরশি ।

চক্র অসিনা অমুকা খঙহ্লি মদুদি ঐখোয় ভারত মচা-শিংনা খুমাং চাওশিনবগা লোয়ননা, মইহে মশিং তম্বা, জ্ঞান তানশিনবা অমন্তং থৌনা কবগা লোয়ননা তাগ হৌবা, হুইয়া ওঙবা অমন্তং ধর্ম্য চেনবা পুকচেন অসিনচিংবা তান্নব' মতমদা মসিনা ঐখোয়বু লমজিংবা উৎলি ।

## জাতিগী ফিরালগী ফি

জাতিগী ফিরালগী ফি, অসি লশিং ফি. শামতুফি, নল্লগা মুগাগী ফিনা ওইগনি । গান্ধীজীনা খায়দগী পায়মবা ফিদি খুংনা শাবা অমন্তং খুংনা লোনবা নল্লগা তুবা অছনি । মসিনা ঐখোয়গী 'জাতিগী মপা ইবুংঙো' গান্ধীজীনা খায়দগী হেমা পামডরশনি ।

## ফিরালগী মরাক অমন্তং ময়ুং

এন, এফ, সি গী মতুং ইম্মা ঐখোয়গী জাতিগী ফিরাল অসি মরাক অমন্তং ময়ুংগী মতুং ইম্মা মখল মঙা থোকা খায়দোকপা য়াই । মদুগী মরম, মতৌ মখাদা উৎলি ।

- ১।  $২১' \times ১৪' (৬'৪০ \text{ মিঃ} \times ৪'২৭ \text{ মিঃ})$
- ২।  $১২' \times ৮' (৩'৬৬ \text{ মিঃ} \times ২'৪৪ \text{ মিঃ})$
- ৩।  $৬' \times ৪' (১'৮৩ \text{ মিঃ} \times ১'২২ \text{ মিঃ})$
- ৪।  $৩' \times ২' (৯১ \text{ সেঃ মিঃ} \times ৬১ \text{ সেঃ মিঃ})$
- ৫।  $৯'' \times ৬'' (২৩ \text{ সেঃ মিঃ} \times ১৫ \text{ সেঃ মিঃ})$

সাধাৱন ওঁইবা এন, সি, ই, আৱ, টিনা পীবা মৱাক অমসুং  
ময়ুং :

- ১।  $৩৬'' \times ২৪$
- ২।  $৭২'' \times ৪৮''$
- ৩।  $১৪৪'' \times ৯৬'$
- ৪।  $২৫২'' \times ১৬৮''$

এথোয়না পাঙথোক্কদৌৱিবা কুন্মৈ অদুগী থুদোংচাৰা অমসুং  
ফিভম য়েংদুনা পাক-চাউবা অমা শিজিন্নবা তাই। স্বাইদগী  
পীকপা অসিদি জীপ অমসুং কাৱনচিংবদা শিজিন্নৈ। স্কুলগী-  
দমক্তদি  $৬' \times ৪' (১'৮৩ \text{ মিঃ} \times ১'২২ \text{ মিঃ})$  অমসুং  $৩' \times ২' (৯১ \text{ সেঃ মিঃ} \times ৬১ \text{ সেঃ মিঃ})$  অসিনা স্বাইদগী হেন্না থুদোং চানা  
শিজিন্নৈ।

### জাতিগী ফিৱাল শিজিন্নবা নুমিৎশিং

ভাৰত জাতিগী ফিৱাল মখাগী নুমিৎ অমসুং থৌদোকশিং  
অসিদা চিংখলি।

- ১। ৱিপব্লিক ডে ( Republic Day ) জানুৱাৰী তাং ২৬।
- ২। নেসনেল উইক ( National week ) এপ্ৰিল তাং ৬  
ভগী ১২ ফাওবা।

৩। ইণ্ডিপেন্ডেন্স ডে ( Independence Day ) আগস্ট

ভাং ১৫।

৪। মাহাঝা গাঙ্গিগী মপোক মুমিৎ—ওক্টোবর ভাং ২।

৫। অঁতৈ অঁতৈগী ওঁইবা হরাও-কুঁশ্মৈ মুমিৎশিং।

মথকী খৌদোকশিং অসিদা চিংখৎপা ফিরাল অহু মুমিৎ অহুগী মমজ্রিঙদা চিংখগনি। করিগুম্বদহু মুমিৎ অহুগী নজ্রগা খৌদোক অহুগী মাঙজোননা ফিরাল অসি চিংখৎতুনা থমলোই-দবনি। ঐখোয়না নিঙশিংগদবা অমদি কুঁশ্মৈ লোইরে হায়দুনা ফিরাল অহু মতোমদা হুন্দোফুনা থমলোইদবনি, মতম লৈবা খিবিজ্ঞা মাবু শঙদুনা লৈগনি।

### ফিরাল শিজিন্নবা

ফিরাল চিংখৎতুনা থম্বা নজ্রগা শিজিন্নবা মতমদা মখাদা পীরিবা নিম্মশিং অসিগী মতুং ইনগদবনি।

১। গেরুবা মচ ( Saffron ) না মতোন থংগনি।

২। মিটিংনচিংবদা জাতিগী ফিরাল অসিনা সভাপতি অহুগী মতুংদা অমদি মহাকী কোকী মথক্তা পাইহন্দুনা থমগনি অমমুং অঁতৈ লৈতেং পুন্মকী মথক্তা জাতিগী ফিরাল অসি থমগনি।

৩। সভাযাত্রা চংপা মতমদা য়েংলোম থংবা লেংজুমদা জাতিগী ফিরাল অসি পুগনি। পাকথনা নজ্রগা পৈথনা থক পুরোইদবনি। মথক্তা য়ুনা ফিরাল অহু পাইহন্দুনা লৈহনগনি।

৪। অঁতৈ অঁতৈ অতোপ্লা ফিরাল নজ্রগা অঁতৈ অতোপ্লা লৈতেং অমমুং জাতিগী ফিরালসিগী মথক্তা নজ্রগা মাম্বনা নাকন্দা



চিংখংলোইদবনি। যামনা নাকন্দা, করিগুয়দা, চিংখংপা। ভারবসু  
ভারত সরকারগী পাউতাক লোগনি।

৫। লৈ, লৈ-পয়েনচিংবা অমদি অঠৈ লৈডেং অমস্তা  
জাতিগী ফিরাল কিরিবহুগী মথক্কা হুক্কাইদবনি (খেংলোইদবনি)।

### ফিরাল তংখায় চিংখংপা মতম

করি করিগুয়া মতমদা জাতিগী ফিরাল অসি তংখায় চিংখংপা  
উই। অসিগুয়া তংখায় চিংখংপা অসিনা ঐখোয়দা তাকই,  
কনাগুয়া লৈবাক্কী নজ্জগা মৌরৈবাক্কী মতিক মগুণ লৈবা লৈবাক্কী  
মকোক ওইবা মৌওই অমনা শিরবদা শিজিন্নৈ অমসুং লোয়ননা  
ঐখোয়গী জাতিনা লৈখিদ্দবা নজ্জগা লৈখিজবী অহুগী মফমদা  
মুংঙাইতবা ফোংদোকপগা লোয়ননা মহাক্কী অমদি মহাক্কী ইমুং  
অমসুং লৈবাক অহুগী অরাবা শরুক য়ারি হায়বা তাকই।

### জুলগী Flag Salutation ভৌবগী নিয়ম ধরা

জুলনা জাতিগী ফিরালদা সেলাম ভৌবা মতমদা মখাগী  
নিয়মশিং অসিগী মতুং ইনগনি :—

১। Flag Salutation পাঙথোকদবা মফম অহুদগী নাকল  
অমরোয়দা অতিথিশিং অমসুং অঠৈ ভাবোক কয়গী মফম  
শেমগনি। ফেজ্জ অমা শাবা নজ্জগা মফম অহু লৈইনা চুথেক  
নাইনা চিংদুনা থমগনি।

২। অতিথিশিংগী ফেজ্জ মফম অহুদগী ফুট ১২' দগী ১৫'  
( মি: ৩'৬৬ ভগী মি: ৪'৫৭ ) লাগ্না ফিরালগী যুধী (Flag Post)

অদু যুংগনি। ফেজ অদুগী য়েৎথংবা নাকন্দগী যুস্বীসিগী যুংফম অদু ফাওবা মথকী ফুটশিং অসি লাপহনগনি। যুস্বী অসিগী অকোয়বদা ফুট ৫' দগী ৮' ফাওবা (মিঃ ১'৫২ দগী মিঃ ২ ৪৪ গী Radius অমা লোরগা যুস্বী অদুগী অকোয়বদা অকোয়বা লৈই (circle) অমা য়েকনি। হায়রিবা লৈই অকোয়বা অসি Base line গী মতুং ইম্না ময়ায়দা অনিথোরা খায়দোকনি।

৩। ফিরাল শেম্মরিবা (Flag Guard) অদু ফিরাল যুস্বী অসিগী মতুংদা অমদি অকোয়বা লৈই অদুগী মনুং ওইরপ্পা লেপকনি।

৪। মরুওইবা অতিথি অদুনা যুস্বীগী অকোয়বা লৈই অদুগী ফেজরোম থংবা তংখায়দা লেপকনি।

৫। ছাত্রশিংনা ক্লাস-গ্রাস নল্লগা কাঙরুপ ওইনা ফিরাল যুস্বী অদুগী মমাঙদা লেপহনগনি। মকোক থংবা নল্লগা অহানবগী ছাত্র পরেং অদু ফিরাল যুস্বীদগী ফুট ১৫' দগী ফুট ২০' (মিঃ ৪ ৫৭ তগী মিঃ ৬'১০) ফাওবা লাপহনগনি।

৬। নিঙথিজন্য কিরবা ফিরালগী মরী অদু ফুট ৪'৫' ঝাংনা ফিরালগী যুস্বীদা কিশিনগনি। করিঙম্বা লৈশি-লৈথোন ভৌবা তারবস্ত্র মথক্তা নন্তনা মফম চানা চানা ভৌগনি।

### নল্লগা

নিঙথিজন্য থুপ্পা ফিরাল অসি মথক্তা চিংখৎতুনা হাম্মা থমগনি। ফিরাল অসিগী মনুংদা লৈ নল্লগা লৈপরেং কয়া হাম্মস্ত্র য়াই।

৭। মরু ওইবা অতিথিনা হেক লাকপদা দুল অদুগী হেড মাক্টর (ওঝা মকোক) অদুনা ওঝনি অমস্তং মাগী কক্ষম মৌনা খিনজিনগনি।

৮। ছাত্র লুচিংবা (P. C.) অদুনা ছাত্র অতৈ অদু সাব-ধান্দা (Attention Position) দা লৈহন্নগনি অমস্তং মানা চঙলকুনা মরুওইবা অতিথি অদুনা সেলাম তৌরগা ফিরাল চিংখৎ-পিনবা হায়জগনি। মানা অতিথি অসিবু ফিরালগী যুসী যৌবা ফাওবা লমজিংগনি। দুলগী হেড মাক্টরস্ত অতিথি অসিগা লোয়ননা চঙমিন্নবা যাই।

৯। মরুওইবা অতিথি অসিনা ফিরাল চিংখৎননবা মাগী মক্ষমদা চঙলকপা মত্তমদা য়ান্না থুনমক ফিরাল শেল্লরিবা মী (Flag Guard) অদুনা ফিরালগী মথোঙদা কিনিবা ধৌরী অদু থোক্কাগা অতিথিদা লানশিনগনি অমস্তং অতিথিনা ফিরাল অদু চিংখৎদুনা পাইহনগনি।\*

১০। মরুওইবা অতিথিনা ফিরাল অসি হেক পাইহনবা লোইবগা ফিরাল শেল্লবা মী অদুনা অতিথিগী মথুদুগী ফিরাল মরী অদু লৌরগা য়ান্না কন্না কিশিনগনি।

১১। ছাত্র লুচিংবা (P. C) অদুনা সাবধান্দা লেন্গা “সেলুট” হায়না য়াথং অসি (Command) পীগনি। মসিগী য়াথং অসি অতিথিশিং অমস্তং মরুওইবা অতিথি য়াওনা ইনগনি।

---

\* অয়াবা মত্তমদা অতিথিনা ফিরাল চিংখৎলগা জাতিয় সজিত অসি যন্তনা প্লে তোই।

১২। ছাত্র লুচিংবা (P.C.) অতুনা ভারত জাতিগী ঙৈশৈ শরুবা  
য়াথং পীগনি। মফম অতুদা লাক্লিবা অতিথিশিংস্ত য়াওনা অসিগুম্বা  
ঙৈশৈ অসি শকপা য়াই। শকপা মতমদা মীশক অমা নজ্রগা  
কাঙলুপ অমনা শকপা য়াই।

১৩। জাতিগী ঙৈশৈ শকপা লোইরবা মতুংদা ছাত্র লুচিংবা  
অসিনা ছাত্র পুন্সমক কোমনা লেপহনবা (Stand-at-ease  
“বিশ্রাম” য়াথং পীগনি। মখোয় পুন্সমক “বিশ্রাম” দা লেপহবা  
মতমদা ছাত্র লুচিংবা (P.C.) অতুনা মরু ওইবা অতিথি অতুদা ভাষণ  
অমতং পীবিনবা হায়জগনি।

১৪। ভাষণ লোইরবা মতুংদা মরুওইবা অতিথি অতু ছাত্র  
লুচিংবা (P. C) অতুনা থিন্দোকনি।

১৫। মরুওইবা অতিথিনা চংগ্রবা মতুংদা ছাত্র লুচিংবা  
(P C) অতুনা অমুক মাগী মফমদা লেপকনি অমস্তং কাঙলুপকী  
নজ্রগা ক্লাসকী অতৈ লুচিংবশিংনা ছাত্রশিং অতু মাগী মাগী কাঙলুপ  
নজ্রগা ক্লাস অতু মফম অতুদগী পুথিনবা য়াথং পীগনি। মতু দা  
ক্লাসকী লুচিংবশিং অতুনা মাগী মাগী ক্লাস অতু লাপ্লা মফম অতুদগী  
পুথ্রগা কায়ননবা (Dismiss) “Visarjan” য়াথং পীতুনা মুমিৎ  
অতুগী পাঙথোকপা অতু লোইশিনগনি।

১৬। ছাত্র খুদিংমক কায়ননবা মতুংদা তুমিন তুমিনা মাগী  
মাগী মফমদা চংথিগনি। করিগুম্বা লাউ-খোংবা নজ্রগা নিনবা  
ভৌদনা চংপা অসিনা Flag Salutation গী চপ চাবা সম্মান  
উংপা হায়বছ থোকই।

## ফিরাল লৌখবগী নিয়ম

জাতিগী ফিরাল অসি মুমিৎ হেক তারকপগা ছাত্র লুচিংবা  
অদনা চিংখগনি। চিংখবা মতমদা তপ্পা তপ্পা চিংখগনি। মহাক্সা  
ফিরাল অদ্র য়ান্ন চেকশিন্না লৌখোক্কনি অমসুং লৌখোকপা  
মতমদা লৈপাক্সা কৈদৌদৈদসু শাহলৌইদবনি।

ঐখোয়না করি করিগুয়া মফমদা জাতিগী ফিরালবু য়ান্না মরম  
চাদনা শিজিন্নদনবগীদমক মখাগী নিয়মশিং অসি নিঙশিংগদবনি।

১। জাতিগী ফিরালদা করিগুয়া লাই নল্লগা লাইব্বিক  
ময়েক অমদা ইশিলৌইদবনি।

২। জাতিগী ফিরালনা লৈতেং ওইনা নল্লগা এডভর্টাইজ-  
মেণ্টকীদমক ওইনা নল্লগা টেবল ফিদা ওইনা থক শিজিন্নরৌই-  
দবনি।

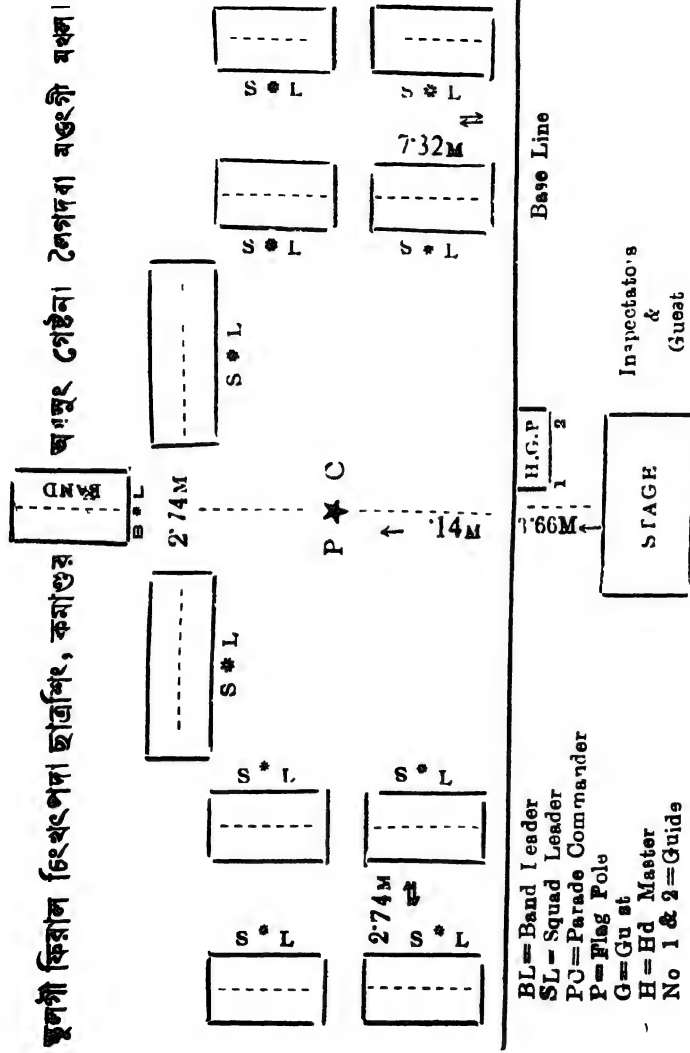
৩। লল্লাই কুশ্মৈগীদমক লল্লাই য়ুমদা, লল্লাই গাড়ীদা,  
লল্লাই টুকান্দ' অসিনচিংবা মফমশিংদা জাতিগী ফিরাল শিজিন্নবা  
অসি আইল্লা য়াদে।

৪। অমনবা জাতি-ফিরালশিং অদ্র অহনবা কয়ানা মহৎ  
শিল্পগা অমনবশিং অদ্র নীংখিনা লল্লাই ওইবা মওন্দা সংস্কার  
ভোগনি।

নৌনা হৌগৎলল্লিবা ছাত্র অমসুং ছাত্রিশিংগী মফমদা  
ঐখোয়গী জাতিগী ফিরালবু ঙ্গকায়-খুমনবা উৎপা অমসুং মাগী  
মরুওইবা উদ্দেশ্যগা লোয়ননা খঙহনবা অসি মীপুম খুদিংমকী  
ভৌদবা য়াদ্রবা শিন্থানি।

দুর্লগী ফিরাম চিংখৎপদা ছাত্রাশিং, কমাণ্ডর

অঃসুঃ গেট্টেন। লৈগদব। যঃগী যথস।





## জাতিকী খুদম ( The National Emblem )

নিঙ তল্লবা লৈবাক খুদিংগী জাতি-ফিরাং অমসুং জাতি-ঈশৈ  
নৈজবগুম, জাতিগী খুদম ( The National Emblem ) ঐশ্ব্যেয়  
ভারত জাতিগীস্ত লৈজৈ । হায়রিবা খুদম অসি সরকারগী ওইবা  
পোং কয়াদা মক্কাওইনা উবা ফংই । ঐশ্ব্যেয়গী ভারত অসিদিদি  
সরকারগী সীল ( Seal ) ওইনা শিজিগৈ । সরকারগী অফোঙবা  
লাইবিকশিং অমদি পোষ্টেজ ফাম্প ( Postage Stamp ) কয়া  
কয়াদা হায়রিবা ঐশ্ব্যেয়গী জাতিগী খুদম অসি নশ্বি ।

ভারত জাতিগী খুদমদি ( The National Emblem )  
অশোকী 'সর্নাথ লাইওন কেপিটেল' ( Ashoka's Sarnath  
Lion Capital ) অহুনি । জাতিগী খুদম অসি হায়রিবা কেপি-  
টেল অহুদগী শিন্দোকপনি অমসুং মদুদা 'ধৰ্ম চক্ৰ' ( Dharma  
Chakra ) অসিন্স হকই ।

জাতিগী খুদম অসি মক্কাওইনা হিন্দি ময়েজ্জা ইবা ঝাই  
“সত্যমেব জয়তে” ( অচুখনা জয় ওই ) হায়বা পাউতাক (Motto)

ଅସିଗା ନୋଂଶା ମକୋକା ( The Chrest ) ଅସିନା ଓହି । ନୋଂଶା ମକୋକ ଅସି ମସି ଓହିଗନି ଅଦୁବୁ ଲାହି ଓହିନା । ଯେକପା ନକ୍ରଗା ଅନମ୍ମା ଅଶାବା ଓହିବା ମରମ୍ମା (ଅହମଦଗୀ ହେମ୍ମା ଉହନବା ଯାଦବନା) ଅହମଦମକ ଉହନବନି । ନୋଂଶାଶିଂ ଅଦୁଗୀ ଲେପକମ ଅଦୁଗୀ ମୟାୟଦା ଚାକା ଅମା, ସେଂଲୋମଦା ଶଲ ଲାବା ଅମା, ଅମନ୍ତଂ ଓହି ଥବଦା ଶଗୋଲ ଅମା ଅନ୍ତମ୍ମା ସାଓହି ।

ହାୟରିବା ଶଲ ଶଗୋଲ ଯେକପଦୁଗୀ ନାକଲ ଅନିମକ୍ତା ଚକ୍ରଗୀ ମପାନ ଲେ । ପୁନ୍ନମକ ଅସିନା ପୁନ୍ନଗା ଐଷୋୟ ଭାରତ ଜାତିଗୀ ଖୁଦମ ଶେମ୍ମୀ ।

ଜାତିଗୀ ଖୁଦମଦା ସାଓରିବା ଚାକା ଅସିନା ଚାଓଞ୍ଚେପା ଅମଦି ଅତେ ଥବକ୍ତା ଖୁମାଓ-ଚାଓଶିନବା ଅମନ୍ତଂ ଅରେମ୍ମା ଲେତବଗୀ ଅର୍ଥନି । “ମାଓଲୋମଦା ଚଓଶିଲ୍ଲୁ, ଥକ ଲେପକନ୍ତୁ” । ଚାକା ମଶାମକ ଲୟଜବତା ନକ୍ତନା ଅତେ ଖୁଦିଂମକପୁନ୍ତ ମସିନା ଅତେପା ଲେତନା ଲୟହଲି । ମସିନା ଭାରତକୀ ଇତିହାସ ହେକ ହୋରକପଦଗୀ ହୋଜିକ ଛାଓବଗୀ ମତମ ଚୁମ୍ମଦା ଓହିରିବା ଅଦୁବୁ ନୋହୋନନା ନୋଂଶିଂହଲି । ମସିନା ଚାଓଞ୍ଚେପା ଅମନ୍ତଂ ବାନ୍ତ-ପାଦବା ଶୁରୋଲ-ନାଉରୋଲ ଅଦୁଗୀ ଖୁଦମନ୍ତ ଉଠିଲି ।

ଭାରତ ମଚା ଖୁଦିଂମକ ଶାନ୍ତି, ଅମନ୍ତଂ ଅଫବା ବାଞ୍ଚଲ ଅଚୁନ୍ନା ବନ୍ଧୁ, ମଝେ ଅମନ୍ତଂ ଲୋଶିଂ, ଥୋନା ଅମନ୍ତଂ ଥରାୟ କେପା ପୁନ୍ନମକ ଅସି ମସିଗୀ ମଧାଦା ପୁଞ୍ଜିଂ-ହକଚାଂ ଓନଶିନଗନି ହାୟବସି ଚକ୍ର ଅସିନା ତାକହି ।

ନୋଂଶାନା ଚୀଂ ଲେମ୍ମା ଅମଦି ମତିକଚାବା ପାଞ୍ଜଲ ; ବନ ଲାବନା ପୁକଚେଲ ଅନ୍ତମ୍ମା, ଅରେମ୍ମା ଅମନ୍ତଂ ଥବକ କମ୍ମା ଶୁବା, ଶଗୋଲନା ଶକ୍ତି ଖୁମାଓ ଗାଓଶିନବା ଅମନ୍ତଂ ହାୟବା-ଇନବା ମଧୋୟ ଅସିଗୀ ଅର୍ଥ ପୀ ।



মথক্তা পীরিবা খুদমশিং অসি লৈবাক অসিগী কনষ্টিটুসনগী মতুংইন্না শেমখিবা ভারত সরকার অসিগী হোৎনমন মনা অমনি । জাতিগী খুদমসি য়াওবা পোৎ খুদিংমক ভারত সরকারগীনি হায়না ষঙহ্মি । খুদম কয়া অসিগী অর্থ মুন্না ষঙগদবানি অমসুং মচুগী মতুং ইন্না ঐখোয়না মসিগী মতুং ইন্না থবক পারখৎকনি ।

অতোপ্পা শরুক্তা ইরিবা, “সত্যমেব জয়তে” অসিগী অর্থদি “অচুস্বা অসিতনা জয় ওই” অসিনি । “অচুস্বা থিবা অমদি অচুস্ব-সিনা লমজি-বিনবা” অসিগীদমক ঐখোয়গী পুন্সিগী লম্বীদা কান্নবা পাউতাক পীরিবা রাফ্মি ।

## জাতিগী ঙ্গৈশ

( The National Anthem )

জাতিগী ফিরালগুন্না জাতিগী-ঙ্গৈশ অসিগু মনীং মখা তম্বগী খুদম অমনি হায়বা অসি লৈবাক খুদিংমকী মীওইশিংনা য়ানরবা রাফম অমনি । জাতিগী ওইবা থোরম কয়াদা মসিগী মরু ওইবা উদ্দেশাদি চাক্র-ছাত্রী অমদি অতৈ নহারোল কয়াদা মসিগী গন-ভাস্কিক পুন্সি (নিঙতম্ব-পুন্সি) অমসুং ইরৈবাকপু লুংশিবা, লৈবাকী হোপ্তবা পুন্সিগী বারী, চৎনবী, শুরোন-নাউরোল অসমুং তুংগী জাতিগী লাইবক”—পুন্সমক অসিগী রাখল পোকহনবা অসিনি । লৈবাক অমগী, জাতি অমা ওইবগী রাখল পোকপদা নত্তনা

মথোয়দা মশাগী মথৌ, ডিসিপ্লিন, লৈবাক নিঙবা, জাতিগী ইজ্জৎ  
অমন্তুং লৈবাকী সেবাগী রাখল, পুন্মক অসি ঐথোয়গী থম্মোয়দা  
পোকহল্লি।

## ঐতিহাসিক ওইবা থরা

জাতি অমগী জৈশে হায়বা অসি তাবা মতমদা অম্বকী  
মতিক পুন্নিং শুদ্ধাৎনবগী মশক ওই। ঐথোয়গী ভারত জাতিগী  
জৈশে অসিস্ত তাবা মতমদা পুন্নিং হুনবগী মশক ওইরবা অমন্তুং  
রাখল চোঙথোকপা জমদ্রবা অমন্তুং অরাম-খোরাংবু হেক কোক-  
পিবগুম্বা জৈশেনি। অসিগুম্বা জৈশে অসি ঐথোয়না জাতিগী ওইনা  
“জন গন মন” অমন্তুং “বন্দে মাতরম”বু জাতিগী জৈশে ওইনা  
লৌই। ঐথোয়গী ফাওরবা কবি রবিন্দ্রনাথ টেগোর (Rabin-  
dranath Tagore) না ‘জন গন মন’ অদুগা বঙ্কিমচন্দ্র চট্টাচার্জি  
(Bankimchandra Chatterjee) না ‘বন্দে মাতরম্’ অসি  
পুথোকপিধি।

## ‘JANA GANA MANA’ ‘VANDE MATARAM’

ইংশোক ১৮৮২ দা বঙ্কিমচন্দ্র চট্টাচার্জিনা মহাকী Anand-  
Math’ হায়বা নোভেল অদুদা ইহান হান্না “বন্দে মাতরম” অসি  
ফোঙখি অমন্তুং শোক ১৮৯৬ তা ভারতকী জাতিয় কংগ্রেস ( In-  
dian National Congress) কী মীফমদা জৈশে ওইনা শকখি।  
অদুবু মীমথংদদি অহানবা রাইহে অনি অসিনা ‘স্লোগান’ (slogan)

ওইনা জাতিগী অন্দোলোন্দা শীজিগ্নদুনা মীপুম কয়গী মফমদা  
মমা লৈবাকপু সুশিবগী ইথিল ফাওহনখি অমস্তং মসিনা খুংলাই  
ওইদুনা মীয়াম কয়গী থরাই কংথোকপা ওমখি ।

ইংশোক ১৯১১ ডিসেম্বরগী ২৭ তা অনিশুবা ভারত-জাতিয়  
কংগ্রেসকী মৌকমদ, অসিগুস্তা নিউথিজরবা, “জন গন মন” অসি  
ইহান হান্না শকখি অমস্তং মথংশিৎনা থংনবা চহি, শোক  
১৯১২ দা রবিন্দ্রনাথ টেগোরনা মহাকী তত্ত্বোদিনি পত্রিকাগী  
চেফোঙদা Bharat Bidhata জায়না ইহান হান্না কোঙখি ।  
ঐথোয়গী রাষ্ট্রপিতা, গান্ধিজীনা অসিগুস্তা “জন গন মন” অসি  
ঐশৈ অমা ওইদতা নতনা লাইশোল অমনি হায়খি । অসিগুস্তা  
ফজরবা ঐশৈ অসি শোক ১৯৪৬ তা United Nations তা চেলুবা  
ভারতকী ডেলিগেটেশি দা ওবেষ্ট্রা ( orchestra ) দা খোলজুনা  
ঐকাইখুন্নবা উৎলকখি ।

শোক ১৯২০ জানুয়ারী ২৪দা ভারতকী Constituent  
Assembly না “জন গন মন” অসিবু জাতিগী ঐশৈ ওইনা  
লৌখিরম্মি ।

ঐথোয়গী নোজ্জাথবা প্রসিডেট, Dr. Rajendra Pra-  
shad না অসিগুস্তা জাতিগী ঐশৈ অসিগী অইবা সরকারগী  
ওইবা চেফোঙ অমদা হায়খি— “জন গন মন” অসি শেষগৎপদা  
য়াওরিবা রাষ্ট্রশিং অমস্তং music অসি official ওইবা হিরমদা  
জাতিগী ঐশৈ অমা ওইনা শীজিগ্নগনি অমস্তং ‘বন্দে মাতরম্’  
অসিস্ “জন গন মন” গুস্তা চপ মান্ননা ঐকাই খুন্সগনি মরমদি

মসিনা ভারতকী মনিঙ মখা তম্বগী ইতিহাসকী মরিদা শরুক  
অমা য়ারি ।

### স্কুলগী জাতিগীংনা চৎকদবা নিয়মশিং

মখাদা পীরিবা নিয়মশিং অসি ভারতকী নোনা হৌগৎলক্লিবা  
নহারোলশিংগী চাউরবা ধোদাং অমা ওইনা পাঙথোক্কা য়াদ্রবা  
ব্রাফম অমনি । থবক অসি পাঙথোকপা মতমদা ওজা অমসুং  
ছাত্র-ছাত্রীশিংগী অচৌবা ধোদাং অমা ওইগনি ।

নোনা হৌগৎলক্লিবা ছাত্র অমসুং ছাত্রী থিবিক্লা ঐখোয়গী  
জাতিগী ঈশৈসি শকপা তমগদবনি ।

ঈশৈ অসি শকপা মতমদা ছাত্র অমসুং ছাত্রীশিংনা পুন্না  
শক্মিন্নবা ওম্ববা হোৎনগদবনি ।

অসিগুয়া জাতিগী ঈশৈ অসি শকপা মতমদা অচুয়া  
নিয়মদা শকদবনি হায়বদি অচুয়া সুর অমসুং অচুয়া শৈশক্তা ।  
অচুয়া সুর অমসুং অচুয়া শৈশকীদমক য়ান্না তোয়না তোয়না  
শক্মিন্নবা দরকার ওই । ঈশৈ অসি শকপা মতমদা অকনবা  
খোনাগা লোয়ননা পুন্নিং চঙনা শকনি ।

জাতিগী ঈশৈ অসি নোংমগী স্কুলগী লাইরিক তম্বা হৌদ্রি-  
ঙৈগী মমাওদা স্কুলগী Assembly ভৌবা মতমদা শকনি ।

<sup>1</sup> N. B. ঐখোয়না নিউশিঙগনি মহুদি জাতিগী ঈশৈ অসি শকপা  
মতমদা সেকেও ৪৮ বগীনা সেকেও ৫২ কাওবগী মহুংবা শকনি ।

“জন গন মন” গী ঙ্গৈশ অসি মপুং ফাবা ঙ্গৈশ (Full Version)  
অমসুং অতেনবা ঙ্গৈশ ( Short Version ) অনি থোকা শকনৈ ।  
অতেনবদা মধাগী পরেং অসিতমক থোংনৈ :-

জন গন মন অধি নায়ক জয় হে  
ভারত ভাগা বিধাতা ।  
জয় হে, জয় হে, জয় হে,  
জয় জয় জয় জয় হে ।

অসিগুয়া অতেনবা “জন গন মন” গী ঙ্গৈশ শকপদা সেকেণ্ড  
২০ অদুগা মপুংফাবা শকপদনা সেকেণ্ড ৫২ দগী হেন্না চঙ-  
হল্লোইদবনি । মপুংফাবা “জন গন মন” শকপা মতমদা য়ান্না তপ্পসু  
শক্লোইদবনি, য়ামদ্রবদা সেকেণ্ড ৪৮ দগী তাহল্লোইদবনি । হায়-  
রিবা চাংচং অসিদা অখুবা অতল্লা মাত্রা শেমচুনা নিঙথিরবা অসি-  
গুয়া ঙ্গৈশ অসি শকনি ।

‘জন গন মন’ অসি যন্ত্রদসু থোংই অমসুং চীন্নসু শকই ।  
করি করিগুয়া মতমদা যন্ত্রনা অমসুং চীন্ন ঙ্গৈশ অসি শিজিন্নৈ ।

মধাগী থৌরমশিং অসিদা যন্ত্রগী ঙ্গৈশ শিজিন্নৈ :-

১ । অকরুবা থৌরমদা যন্ত্রনা জাতিগী ঙ্গৈশ অসি শিজিন্নৈ ।  
“রাষ্ট্রিয় সেলুট” ( National Salute ) অসি লৈবাক অদুগী  
রাষ্ট্রপতি, গোভর্নর অমসুং লেকঃ গোভর্নর অসিনচিংবা মন্ত্রিশিংদা  
গীবা মতমদা যন্ত্রনা জাতিগী-ঙ্গৈশ শিজিন্নৈ ।

২। আগস্ট ১৫ (ইণ্ডিপেন্ডেন্ট ডে) অমসুং জানুয়ারী ২৬ (রিপব্লিক ডে) নুমিংশিং অসিগী থোরমশিংদদি রাষ্ট্রপতি নজুগা গোভর্নর নাক্লু বস্তু (য়াংজুবস্তু) যন্তনা জাতিগী ঙ্গৈশ শিজিম্বা হাই। থোরমশিং অসিগী “সেলুট” অহু জাতিগী ফিরালদা কংপনি অমসুং “রাষ্ট্রিয় সেলুট” নি।

৩। লৈবাক অহুগী রাষ্ট্রপতি অমসুং গোভর্নর নজুগা লেফঃ গোভর্নর মশামক্লা মহাকী ফেট্টা লাকপা থোরম খুদিংদা বঃ০। জাতিগী ঙ্গৈশ শিজিম্বা। মসিবু “রাষ্ট্রিয় সেলুট” হায়না খঃ০।

মথাগী থোরমশিং অসিদহু জাতিগী ঙ্গৈশ শিকৈ

১। যান্না মকুওইবা নঃ০ লৈবাক অহুগী মক্লিশি লাকপা থোরমদা জাতিগী-ঙ্গৈশ শিকৈ।

২। পোরফম ইমা লৈবাক্তা ব্যবহার অমসুং ইজ্জৎ উৎপন্নী থোরম খুদিংদা জাতিগী-ঙ্গৈশ শিকৈ।

৩। নুমিংশিং খুদিংগী মুলদা জাতিগী ঙ্গৈশ অসি শকনৈ।

### ঙ্গৈশগী মকুওইবা বা মচং

ঙ্গৈশ অসিগী মকুওইবা বা মচংদি মপাজল কল্লাবা অপুনবা ভারত জাতি অমা ওইনবা অমসুং ইমা লৈবাক্তা নিঙ্গিবা মতৌ কয়া খাগংপা অসিনি। ঙ্গৈশ অসিদা হায়রি “অপুনবা অমসুং পাজল লৈবা ভারত ওইননসি। নোংপোক-নোংচুপ, ঞা-রাং

N. B. থোরম অসিগী অরোইবদা জাতিগী ঙ্গৈশ শকনি অহুগা মসিলা একলিবা জাতিগী ঙ্গৈশ অসি মপুংকাব; জাতিগী টাইপ ( Full Version ) নি।

খায়দোকদবা খেঙ্গদবা রাখল লৈহনগনুসি । ভারত মচা খুদিংমক  
অমন্তনি অমন্তঃ ধর্মদা, চংনবীদা খেঙ্গবা কয়া লৈরবন্ত ঐথোয়  
ভারত মচাশিংগী অপুনবসি খক মাঙহনবা ঙমলোই” ।

“বিদ্যা, হিমালয় চীংশা, গঙ্গা যমুনা তুরেল মথোয় অসিগী  
নিঙথিরবা লমদমনি । পঞ্জাব, গুজরাট, মহারাষ্ট্র, দ্রাবিড় দেশ,  
উরিষা ( উৎকল ) বাঙ্গলা লৈবাক অসিনচিংবা ফেট পুন্মক  
খংশন্ননা ইমা লৈবাকপু খাগৎপা অমন্তঃ শোঞ্জবদা য়াওনবা”  
ঈশৈ অসিনা হায়রি ।

### জাতীগী ঈশৈ

জন-গন মন অধিনায়ক জয়হে

ভারত ভাগ্য বিধাতা ।

পঞ্জাব সিন্ধু গুজরাট-মরাঠা

দ্রাবিড় উৎকল-বঙ্গ,

বিদ্যা হিমাচল-যমুনা গঙ্গা,

উচ্ছল-জলধি তরঙ্গ,

তব শুভ নামে জাগে

তব শুভ আশীস মাগে,

গাহে তব জয় গাথা ।

জন-গন-মঙ্গল দায়ক জয় হে

ভারত-ভাগ্য-বিধাতা,

জয়হে, জয়হে, জয়হে

জয় জয় জয় জয়হে ।

ঈশৈ অসি Closing Song ওইনসু থোরম অমগী অরোই বদা শকৈ । জাতিগী ঈশৈ অসি স্কুলগী ক্লাসকী মমাঙদসু শকৈ । Closing Song ওইনা শকুবদা ঈশৈ অসি হেক লোইবগা “ভারত মাতাগী জয়” হায়বা খোল্লাউ অসি অহয়ক লাউগনি অমসুং থোরম অদু লোইশিনগনি ।

অসিগুমা অসুকী মতিক ফজপ্রবা অমসুং পুরিঃ কুননবগী মশক ওইববা জাতিগী ঈশৈ অসি পাক্ৰিবা স্কুলগী ছাব অমসুং ছাত্রি নাহারোল ষিবীক্লা খঙদবা যাদ্ৰবা শিন্ধা অমনি । Ministry of Education, Government of India না Physical Education গী লাইব্রিক কয়া কয়াদা জাতিগী ফিৰাল অমসুং ঈশৈ অসিগী কামবা অমসুং মসুংগী অর্থনচিংবা অসি ছাত্রিগীদা খঙননবা স্কুলগী থবক প্রোগ্রামদা স্বাওহম্মনবা লাইব্রিক তক্ষমশিংদা হায়রি । স্কুলগী রুতিন অমগী শকুক ওইনা জাতিগী ফিৰাল হাইগৎপা অমসুং জাতিগী ঈশৈ শকপগী পাঙথোকপসু মস্তিসিগী পাউতাক্ৰি ।

---



## লৈবাক নিঙবা ঙ্টে

সারে জহা সে অন্হা হিন্দোস্তাঁ হমারা ।

হম বুল বুলেঁ হৈ ইসকৌ ব্হ গুসসিতাঁ হমারা ॥

পৰ্বত বো সবসে উচা, হমসারা আসমাঁকা ।

বো সন্তুরী হমারা, বো পাসবাঁ হমারা ॥

সারে জহাঁ .... ॥ ১ ॥

এ আব কাদে গজা, ব্হ দিন হৈ দাদ তুঝাকো ।

উভরা তেবে কিনারে, জব কাববাঁ হমারা ।

সারে জহা .... ॥ ২ ॥

গোদী মেঁ খেলতী হৈ, জিসকে হজারোঁ নদিয়াঁ

বোশন হৈ জিনকে দম সে, বশকে জিনা হমারা ।

সারে জহা .... ॥ ৩ ॥

কুছ বাত হৈ কি হস্তী মিটতী নহীঁ হমারী ।

সদিয়োঁ রহা দুশ্মন, দোরে জমা হমারা ।

সারে জহাঁ .... ॥ ৪ ॥

মজ্জব নহীঁ সিখাতা, আপস মেঁ বৈবর বখনা ।

হিন্দী হৈ, হম, বতন হৈ, হিন্দোস্তাঁ হমারা ॥

সারে জহাঁ .... ॥ ৫ ॥

( মুঃ ইকবাল )

N. B. N. F. C. Orientation Centre গী চেকোভগি ৩ ভবা  
পেরাগি ২ ভবা পরে গী বোশন-লি "গুসশন" হাঙ্গনা ইরি । অঙ্কণা N. F. C.  
Hand Book For Middle, High & Higher Sec School গী চেকোভগি  
লাহাৰ ২৮২ গী ঙ্টে গী পরে ২০ ভবহদি Boshan হাঙ্গনা ইরি ।

## লৈবাক নিঙবা ঙ্গৈশ

সনা লৈবাক মণিপুর  
কোলোয় নংগী মণিপুর  
লায়জমুংগী মণি নারকী লৈরাং  
পীক্তকা মঙাল চাউবীনি ।

নিপা—ঈমুবুংদগী হোরকপী  
চীংলোমা পলোল খারিবী  
শংলেন ফিজোন শেংপী  
চানবী হৈবী, চীকা লেন্না ঙাংহোইরিবী ।

মুপী—থৈনা য়াকোক মংংনি  
শুঙ্গংয়াই ওইবী শক্তম্বি  
কোরোগী অহান্‌বা খোঙদাকম ওইরিবী  
নচা নাউয়োক-নাউকোন হৈবী  
খোইরুম মোমোন মীনোক লৈতেংবী ।

নিপা—সনানা ঙ্গথক হোঁবা লম  
মুপানা কোঙ্গোল খিনবা লম

মুপী—শংবান অভিয়ানা  
ফিজোন ওইবী

মণিগুম মঙাল নাইবীনি । ( জম্মন্তকুমার শৰ্ম্মা )

ঙ্গৈশ আসি শোক ১৯৭২ আঘুয়ায়ী ডাং ২১ দা কোছং লম্পাজা ভারতকী  
প্রধান মন্ত্রিনা টেট ইনোভেয়েট জোবনী উৎসবতা Education Directorate  
না নীল লাঙলনা কুলপী হাং হাঙী ৪০০ ায়া ঙ্গৈশি শক্তনা শক্ত রাখি ।

## অনিষ্ট বা তাৎক আত্মিক পেমস - ( Minor Games )

গেমস্‌না হকচাংগী লু তোং (Muscles) অসি লেঙ-খোংপগী  
 থবক্তা য়ান্না কাম্বা এইহল্লি। চেন-চোংবা, তাম-খোংনবা,  
 লং-খোংপা অসিনচিংবা অসি Games ( শাম্বা ) অসিগী  
 উদ্দেশ্যনি। ম'সিনা হকচাং ফহনবদা নহনা পুঞ্জি চঙহল্লি অমসুং  
 মুংঙাইহল্লি। লৌশিং, গুণ, হায়ব-ইনবা, অপুনবা বাখল, লুচিংবা  
 অসিনচিংবা পুঞ্জমক অসি Games তগী ফংবা উম্মি। অঙাংশিংবু  
 চাওখং লম্বীদা লমজিংবা মতমদা Games অসিনা য়ান্না কাম্বা  
 শকক অমা লৌরি। Games অসি মরুওইনা Major  
 Games, Relays অমসুং Lead up নক্সা Minor Games  
 হায়না অহম খোক্তা খায়দোকই।

Minor Games অসিগীদমক অচম্বা নিয়ম অমসুং অপীকপা  
 জাগা থরতদা লায়না পাঙখোকপা য়াই। মথকী কাম্বা খুদিংমক  
 Minor Games তগী ফংই। মসিদা য়ান্না চম্বা মওংদা মুংঙাইবা  
 অমদি পোখাবা অসি অঙাংলিংনা ফংবা উম্মি অহনা মথোয়না  
 হায়রিবা Games অসিদা য়ান্না মপুঞ্জি চঙই। অহনা ফুলগী  
 অহাঙবা মতমদা Minor Games অসি শাম্বহল্লুনা অঙাং পুঞ্জমক  
 অচম্বা অমদি মুংঙাইবা মতম শিজিন্নহল্লুনা কাম্বা ফংহনগদবনি।  
 অহম ভৌবসিনা অঙাংলিংনা ফুলদা চাং নাইনা কানিঙবগী বাখল  
 অমা পোকহনগনি খাজনৈ।

অঙাংশিংগীদমক কুং হাইদবা অমদি লায়না থোকদবা  
Minoi Game খরা মখাদা পীরি। মখোয়চি নদবা অঙাংশিং  
তস্বরিবা ওয়াশিংনা শেমদুনা শাম্বহনবস্ত যাই।

### ১। Bogey Ball

শাম্ববং অমা লৈগনি। শাম্ববুং অসিগী অরোইবা শকক তুদা  
অঙাংশিং অত্র পরেং শানা লেপহনগনি অদুগা ওয়া তদুনা বোল  
( Ball, football or Volley ball ) পায়দুনা মখোয়গী মরত্তা  
লেপকনি।

ওবা অদুনা বোল অত্র লৈমায়দা ঙ্মিবমথে য়াঙনা ওলহন-  
খিগনি অদুগা ওল্লিবা বোল অদুগী মমাঙ থানা অঙাংশিং চেলহন-  
গনি। বোল অত্র লেপকপা মফম অদুদগী অমুক মথকী ওলহনবা  
অন্তম্মা হ্না হ্না ওবাদুনা ভৌগনি।

### ২। Big A Little A

শাম্ববুং ( Play-ground ) অদুগী অরোইবা নাকল অদা  
অঙাংশিং কান্দলুপ অমা তচম্বা মওন্দা লেপুনা লৈগনি। অত্রোম্মা  
নাকল অদুদা “Cat” হায়না মিথোনবা অঙাংশিং অমা কান্দলুপ অসিদা  
মনজল ওনশিন্দুনা লেপুনা লৈগনি। কান্দলুপ অসিনা Cat  
অসিগী মনাক ফাওবা ( মী অমনা Cat অত্র শোকপা ফাওবা অদু-  
ফাওবা ) মখাগী ঙ্গৈ অসি শক্ক শক্কদুনা চঙশিনগনি।

ঙ্গৈ :— “Big A Little A,  
Bouching B,  
Cat is in the Cupboard, Can't see me”।

“Big A”—লেপা লৈরগা খুং অসিনা উম্মিবম্‌থে লাপা লাপা শন্দোকপা ।

“Little A”—নোম্মরগা শন্দোকখিবা খুং অনী অহু নকশিল্লকপা ( খুবাক অনী শল্পগদোবা ম্‌থে ) ।

“Bouching B”—হোংলগা খুং অনী অহু নাকন্দা তিং-থোক্‌গা খুংশিং নোম্মা-নোম্ম, চোংবা ( Skip-jump ) ।

“Cat is in the Cupboard, Can't see me”—খুদোম্মীনা মাঙদা হাইর-হাইরহুনা অমদি খোঙদোম্মা তপ্পা তপ্পা মাঙদা চঙশিনবা । অস্তম্মা হঞ্জিন হঞ্জিনা শক্‌নি ।

“Cat” অহুনা মমায় এলগ ময়াম ( কাঙলুপ ) অহু তাম্মহুনা হেক উম্মম্‌থে মখোয়গী লেপফম নাকলহু যৌদ্রিঙেদা শোক্‌বা হোংনগনি অমম্মং কাঙলুপ অহুনম্ম “Cat” অসিনা মখোয়গী লেপফমহু যৌদ্রিবকাওবা শোকহল্লোইদবনি ।

“Cat” না শোক্‌বা খুদিমক “Cat” অহুগী অপাম্মা মতুংইম্ম দণ্ডি পাঁগনি । অশোকপা মখোয়ম্ম Cat কী বা ইনগনি ।

### ৩। Bogey

অঙাং অমনা Bogey ওইনা হিপথহুনা নজ্‌গা কমথহুনা শাম্মবুং অহুগী কাচিন অমদা লৈগনি । অতোম্মা কাচিন্দুদা অঙাং কাঙলুপ ( Children's home ) অহু লৈগনি । মখাগী জৈশে অসি শক্‌ শক্‌হুনা কাঙলুপ অসিনা Bogey না লেপ্লিবা মফমহু তপ্পা চোং-চোংহুনা ( Skip-jump ) চঙশিল্লকনি ।

ঈশ :- “Moon light Ah ! Star light Ah !  
Bogey would not come out to-night.”

“Moon light Ah ! Star light Ah” :- নাকন্দা খুং  
অনী তিংখোজুনা খুং অহু থপা থপা চোং চোংনা ( Skip-  
jump ) মাঙলোমদা তপা তপা চঙশিন্নকনি ।

“Bogey would not come out to-night” : খুং নাম্মা  
মাঙলোমদা থিন্দোজুনা খুদোনবী হাইর হাইরুনা মাঙলোমদা  
তপা তপা চোংদনা চঙ্গনি ।

Bogey অহুনা “Shoo” হায়না লাউরকপদা ময়্যামহু  
Children’s home ভান্না চেনথিগনি, মফমহু য়োজ্রিঙৈদা  
Bogey না ইহান ভান্না শোকপা অহুনা অমুক Bogey ওনবা  
( শাবা ) । শোকপা ওমহোজুগা হান্নগী Bogey অহুনা অহুম  
Bogey ওইথোগনি ।

## ৪ । Farmer and Rabbits

“Rabbits” শারিবা অঙাংশিং অহু শান্নবুং অহুগী মমুংদা  
কোয়না-কোয়না চেন্দুনা লৈগনি । ওঝা অহুনা “Farmer” অম্মা  
ওইনা “Dogs” শাবা অঙাং থরা ( অহুম নক্সগা মরিয়োম ) গা  
লোয়ননা অসুম অসুম চঙলকনি । “Farmer” অসিনা “Dogs”  
শিং অহুদা “Rabbits” শিংবু তান্নবা হুকুম গীগনি অমসুম  
হুকুমহু হেক ভাবদা Rabbits পুন্নমক অমুকুং চোংখংলগ্নগা  
শান্নমহুগী কাচিন ( হান্না লেপ্পথবা ) মফমহু ভান্না চেনথিগনি ।

মকমদ যৌজিউদা “Dogs” শিংনা শোকখিবা “Rabbits” খুদিংমক “Dogs” ওইহুনা “Dogs” কী কাঙলুপ্তা যাওগদবনি ।

### ৫। Odd Man

শাম্বুং অদুগী ময়ায়দা “Centre Line” অমা চিংগনি অদুগা Line অদুগী বাংমা বাংমদা অঙাং অনী অনীনা খুং শম্বুহুনা জুরা ওইনা লেপকনি । ফরক তাবা অঙাং অমনা নলুগা অঙাং ফংগা ওঝানা ‘Odd Man’ ওইগনি ।

ওঝানা, ছাত্র নলুগা Odd Man যাওনা অহানবা ভৌগদবা নিয়ম তাকপদা অঙাং খুদিংমক মাগী মাগী জুরা অদু খাদোক্লুগা শাম্বুং অদুগী অকোয়বদা “অমুক চেনবা অমুক চোংবা” অস্তম ভৌহুনা লৈগনি । অনীরকশুবা খুদমদা মখোয় ময়ায় অদুনা অমুক “Centre Line” দা চেনশিল্লুকুনা হামগী অদুনা জুরা অফংবা অমমমগা লোয়ননা জুরা তানবা শেমগনি । জুরা শেম্বদা ওমহৌদবা অঙাং অদুনা অমুক Odd Man ওইবদা মহাক অদু অহানবা “Black Mark” ফালে, অসিগুহা “Black Mark” অহমলক ফংবা অঙাং অদু মপান্দা ভান্শোকুনা শাম্বা যাওবা য়ারোই ।

### ৬। Touch and Run

অঙাংশিং কাঙলুপ (Team) অনী খায়দোকউ, অমনা কাঙলুপ “A” অদুগা অতোপ্পা অমনা ‘B’ হায়না খঙনরো । লৈই অমমমদা কাঙলুপ খুদিং পরেং শানা মায় ওনশিল্লুকুনা লেপহল্লু অদুগা অমগী লৈইগা অতোপ্পা অমগী লৈইগা অনিহু ফুট ৬০ ( 18.19 m. ) লাপহল্লু ।

অহানবা খুদমদা, “A” কাঙলুপকী য়েংলোম থংবা অঙাং  
 অহুনা মখুং তিংথোক্‌নিবা ( খুদম হেক উবদা “B” কাঙলুপনা  
 মা নামা তিংথোক্‌নি ) “B” কাঙলুপকী অঙাং অমা হেস্তা  
 মখুত্‌না শোক্‌লগা মাগী হান্নগী জাগাদা চেন্নক্‌নি । শোক্‌লগা “B”  
 কাঙলুপকী অঙাং অহুনস্থ মফম য়োদ্রিঙেদা চেনত্রিবা অঙাং অহু  
 শোক্‌লগা লাক্‌গনি অমস্থং শোক্‌লগিবা “A” কাঙলুপকী অঙাং  
 অহুস্থ শোক্‌হন্দনবা হোংনগনি ।

তান্নরিবা অঙাং অহুনা মফমহু য়োদ্রিঙেদা চেন্নিবা অঙাং হু  
 শোক্‌পা ওমলবদি অচেনবা অঙাং অহু অতানবা অঙাং অহুগী  
 “বণ্ডি” অমা ওইনা মতুংদা থমগনি অহুগা তান্নরিবা অঙাং অহুনা  
 শোক্‌পা ওমদ্রগা মহাক্‌ অহু শোক্‌লগা চেন্নিবা অঙাং অহুগী “বণ্ডি”  
 ওইগনি ।

মথংগী খুদমদা অমুক “B” কাঙলুপকী য়েংথংবা অঙাং অহুনা  
 “A” কাঙলুপা ভোবা অহুনা ভোগনি । মথং মথং “A” অমস্থং “B”  
 কাঙলুপকী অঙাংশিংনা পালি নাইনা চঙহনগনি । অঙাং খুদিংমক্‌  
 চঙদ্রিবৈথে শান্নবহু চখগনি । অরোইবদা থাইদগী হেন্না “বণ্ডি”  
 ফংবা কাঙলুপ অহুনা অথোইবা কাঙলুপ ওইগদবনি । বণ্ডি খুদিংমক্‌  
 হন্দোক্তহুনা অমুক শান্নবা হোবস্থ নাক্‌ অনীনা য়ান্নবদি য়াই ।

### ৭। Keep the Ball up

কাঙলুপ মরি নক্তগা মঙা থোক্তা অঙাংশিং অহু খায়দোক্‌উ  
 অহুগা কাঙলুপ খুদিংদা Volleyball নক্তগা Football অমমম  
 গীম্‌। পাউতাক্‌ হেক ফংবদা কাঙলুপ কাঙলুপকী লুচিংবা খুদিংমক্‌



অত্না hall অত্ন মংত্রা থোমগংকনি অত্নগা অত্নে অত্নাংশিং  
অত্ননস্র মত্ন খুৎনা থোম্বা নত্নগা কোক্স থোমগৎনবা তৌত্ননা  
লৈপাত্তা তাহনদনবা হোৎনগনি । ইত্ন ন হাত্তা hall ত্নৈ পাত্তা  
তাহনবা কাঙলুপ অত্ন শাংগবা অত্নদগী লৈপত্নগনি । বোল লৈপাত্তা  
তাহনদবা অকোনবা কাঙলুপ অত্ননা 'হাং দেংবিবা অত্নগী অথোইবা  
কাঙলুপ ওইগনি ।

## ৮ । What did you see ?

মশীং চপ মান্নবা অত্নং ৭ ত্নলুপ ত্নংগা থাংগা পরে পরে  
ফমত্ননা ওবা অত্নদা ম ৫ ওনশিনত্না ।

ওবা অত্ননা পবে '০.০' অত্না অমদা 'What did you  
see' ? ( নং করি উখিব ) অত্ননা হংবা অত্না অত্ননা মী, শা,  
উ অসিনচিংবা অত্না ইত্না ত্নংক অত্না অমা "উই" হাংগনা  
থুমউ । অত্নগা উখিবা অত্নগী ম ওংগতো ত্নমত্ননা শাকট

অত্না অত্নগী পরেংদা হাওংবা পুন্মক হোং ত্ননা মাত্তা "উই"  
হাংগিবা পোৎশক অত্নগী মওং-মাত্তো মত্নম ওমত্নদা চপমান্ননা  
ত্নমউ । মথোয় ময়ান্না মত্নে ত্নন ত্ননা পবে লেংত্ননা চৎলগা  
অথোপ্পা কাঙলুপ অত্ন কোয়কগনি অত্নদা কোয়কগা অমুক মাগী  
মাগী হাংগী মত্নদা ইত্নকদবনি ।

ওবা ত্ননা ওতোপ্পা কাঙলুপকী অত্না অমদা অমুক হংবা যাই,  
মত্নগী মত্নদা পালি নাইনা অত্নাং খুদিংক হংগনি মথোয় খুদিংস্র  
অহানবগী অত্নাংশিংনা অমদি মাগী কাঙলুপ অত্ননা তৌখিবা অত্ননা  
তৌগনি । অত্ননা শান্নব'স মথা চথগনি ।

## ৯। Get your Partner

মনুংদা অমসুং মপ'ন্দা অনসুং লৈই অকোয়বা ( circles )  
অনী য়েকউ । মাগী মাগী মপা অমমগা জুরা ওইনা অমনা  
মনুংগী লৈইদা অহুগা অচোপ্লা অচুনা মপানগী লৈইদা লেপ্লু ।  
জুরা অচুগী অঙাং অমনা ওইদা অমগা অমনা য়েংতা মায়া ওল্লু ।  
শল্লা হায়রবদা, মনুংগী লৈইদা লৈবা অঙাং খুদিংনা ওইরোমদা  
ওল্লবদি, মথোয়গী মপানগী লৈইগী মপা খুদিংনা য়েংলোমদা ওল্লু ।

ওবা অচুগী অহানবা খুদমদা ( Signal ) অঙাং খুদিংমক  
মাগী মাগী লৈই অচুদা অমদি ওল্লিবা মায়াওন অচুদা চেনবা,  
চৎপা, নল্লগা চোং-চোংচুনা ( skip-jump ) চৎলু । অসুম  
তোয়িঙৈগী মমাঙদা মাগী মাগী লাস্থা ( মপা ) ছ মশক খঙজিন-  
গদবনি । ওবা অচুনা "Partners" হায়না লাউরকপা মতমদা  
মাগী মাগী মপা খিদুনা জুরা শেমদুনা কমথনবা হোংনো ।  
ইকোন হেক কোম্মা কমথবা জুরা অদুদি black mark অমা  
কংলে । অসিগুয়া black mark অহল্লক কংলবা জুরা অদু শাল্লবা  
অদুদগী তোয়গদবনি ।

## ১০। Magic Wand

অঙাং অমা হেলোই ওইবা অদুগা অতৈ অঙাং কাঙলুপ  
অমনা হেলোই অদুগী মমাঙদা শেম-শাদবা মওংদা ( Loose  
form দা ) লেপ্লু । অকরবা পমুংকম অমা ককউ ( থম্মু ) ।

হেলোই অদুগী Magic Wand ( যাদুগী চৈ ) অদু  
মায়াই খুদিংদা হাইয়ল্লগা হেলোই অদুনা ভৌনীংবা মওংদা লেঙবা

( চোংবা, কুনবা, চেনবা, হাইবা অসিনচিংবা ) । হেলোই অতুনা লেঙবা মঙ খুদিংমক ময়ামসু মতুংইমা তৌ । হেলোই অতুনা মাগী Magic wand অতু হেক খাধবদা ময়ামসু পম্বুংফমতু তামা চেম্বু । পম্বুংফমতু যৌজিঙৈদা অফংবা অমা হেক শোকপা হেলোই-তুনা হোৎনগনি । শোকপা ওমদ্রগা মানা অতুম হেলোই শাদুনা লৈগনি । শোকপা ওমদ্রগা অশোকপা অঙাং অতুনা মাগী মহত্ৰা হেলোই ওইহৌগনি । অন্তম্বা শাম্ববসি মখা চম্বগনি ।

### ১১। Free and Caught

অকরুবা শাম্ববুং অঙাং ধরা 'It' ওইনা তাম্বনবা ওইনা লৈরো অতুগা অতৈ অঙাং ময়াম্বা (free) শাম্ববুং অতুগী মন্তুংদা চাইখোক্কা লেম্বু । It খুদিংনা অতৈ অঙাং ময়ামতু শোকপা তাম্বো অতুগা It অমনা হেক শোকপা অঙাংতু কুন্তুনা লৈয়ু । অতোম্বা Free ওইবা অঙাং অমনা হেক শোকপদা কুন্নিবা অঙাংতু free ওইতুনা অমুক ময়াম মরস্তা পূম্বা শাম্ববা য়াই । Free ওইবা অঙাং অমনা হেক শোক্তিবমথৈ অতুম কুন্ডুনা লৈয়ু । শাম্ববা অসিগী উদ্দেশাদি free ওইবা অঙাংশিংবু 'It' অতুনা ষ্মারিবমথৈ শোক্তুনা কমথননবা হোৎনৌ । অতুগা Free ওইবা শাম্ববোম্বশিংদি শোক্তনবা হোৎনগদবনি ।

### ১২। Three Deep

অঙাং অমনা runner ( অচেনবা ) অতুগা অতোম্বা অমনা Chaser ( অতানবা ) ওইনা লৈয়ু । অতৈ অঙাংশিংনা জুরা জুরা ওইনা অমগী তুংদা অমনা লেম্বু ( circle অমদা ) চেম্বিবা অঙাং অতু শোক্তনবা চেম্বু, কব্রিগুস্তা তাম্বরিবা অতুনা শোক্কাবদি

ভান্নরিবা অতুনা Runner অদুগা চেপ্লিবা অতুনা chaser ওইরগদবনি ।

Runner অদুনা উন্নিবমথে ময়ামগী মরক্তা খঙদে, খরা লাপ্পা খঙদে চেপ্লু । চেনবা লেপনীংবা মতমদা জুরা ওইনা লেপ্লিবা অমগী মাওদা লেপ্পুরো । অন্তম্মা লেপ্পবদি, অহমশুবা থাইগী তুংদা লেপ্পা অতু Runner ওইরে, chaser অতুনা অহানবা Runner ওইরম্মা অঙাং অতু ভান্নররোই, অকোনবগী Runner অতুবু ভান্নরগনি ।

### ১৩ । Come with me

অঙাং অমা Runner ( অচেনবা ) ওইবা, অঠৈ অঙাং শিংনা মশা মশাগী অকোয়বা লৈই ( circle ) অমমদা কোয়না লেপ্পু ।

অচেনবা অঙাং অতুনা লেপ্লিবা অঙাং খুদিংগী মতুংদা চেপ্লু । মহাক্সা মতুং ইলহন্নীংবা অঙাং খরা “Come with me” হায়তুনা শোকউ । Runner না শোকপা অঙাং খুদিং মাগী মতুংদা চেন-খিবা য়াই ।

মতুং ইন্দুনা চেপ্লিবা অঙাং শিং অতুনা Runner অতুনা “Go home” হায়না য়াথং পীবা, য়াথং পীবগা লোয়ননা Runner অতুস্ত অকোয়বা লৈই অমদা লেপহোগদবনি । য়াথং হেক ভাবদা Runner গী মতুংদা চেপ্লম্মা অঙাং খুদিংনা লৈই অকোয়বা অমমদা লেপ্পা হোৎনহো । কন্নিগুম্বদম্ম অনকপা লেপফম লৈরে হায়তুনা তুং-হম্মা চেপ্লোইদবনি । লেপফমগীদমক লৈই অকোয়বা ( circle ) ফংহোদবা অতু ময়ান্না পান্না হুঙি পীবা তাই অমম্মঃ মথংদা মহাক অমুক Runner ওইবা য়াই ।

### ১৪। Pagalwala

অঙাং ময়ামগী মরক্তা অথোংপা বোল ( Volley ball or Football ) অমা ওবা হুচুনা মথক্তা লংখংলু। লংখংলিবা বোল অতু অঙাং অমনা হেক্তা পায়রগা অঙাং অশোপ্লা অমদা পান্নবা থাৰা। অমনস্ত অমুক হেক্তা পায়খংলগা অমদা হেক্তা অমুক থাৰা। থাৰা মতমদা কনাগুস্তা অঙাং অমদা পানবা ওম-  
ত্ৰবদি বোল লংলিবা অঙাং অতু ময়াম্গা পান্হা দণ্ডি অমা পীগদবনি।

### ১৫। Dodge Ball

অকোয়বা লৈই ( circle ) অমা চিংউ। লৈই অসিগী পাক-চাউবদি অঙাং মশীংনা লেপ্লা রাই। অঙাং মশীং চপ মাম্গনা কাঙলুপ অনি খায়য়ু, কাঙলুপ অমনা লৈই অসিগী মমুংদা চাইনা অতুগা অশোপ্লা কাঙলুপুনা লৈইগী অকোয়বদা মপান্দা লেপ্লু।

অকরুবা মতম অমদা মপানগী অঙাংশিং অসিনা মমুংগী অঙাংশিংদা বোল অমনা থাউ, বোলনা পানবা অঙাং খুদিং মপান্দা খোক্কুনা শাম্বা যাওরোইদৌবনি।

মমুংগী অঙাংশিং অতস্ত পাকথচুনা নক্তগা লৈখোক্কুনা নক্তগা চোংখতুনা বোল অতুনা পান্ননবা হোংনগদবনি।

মতম লোইরগা কাঙলুপ অনিগী লৈফম ওম্বা, মপানগীনা মমুংদা, মমুংগীনা অমুক মপান্দা লৈচুনা বোলনা মমুংগী অঙাং-  
শিংদা থাৰা। অকরুবা মতমদা করুস্তা কাঙলুপা হেমা বোলনা

মী থাবগে য়েংগদবনি। খরা হেমা থাবা কাঙলুপ অহনা  
অখোইবা কাঙলুপ ওইগদবনি।

### ১৬। Sea Ship Shore

শাল্লরোয়, অঙাংশিং অসিগী মশীং মতুংইমা শাল্লবা য়াই।  
ফুট ৫, ৭ অমসুং ৯ গী Radius লোরগা অকোয়বা লৈই অহম  
য়েকনি। অহানবা মশুং ইথং থংবা অকোয়বা লৈই অসিনা  
'sea' অনিশুবা অকোয়বা লৈইনা 'ship' অমসুং মপাল ইথং  
থংবা অহমশুবা অকোয়বা লৈইনা 'shore' অমসুং ওইগনি।  
শাল্লবা হোবগী মতমদা শাল্লরোয়শিং অসি অকোয়বা লৈই অমগী  
(অকোয়বা লৈই অহমগী অমদা) মশুংদা লেপকনি। ওঝানা  
নজ্রগা অঙাং লুচিংবা অমনা 'Sea, ship নজ্রগা shore' হায়না  
মানা হায়নিঙবা মওন্দা হায়গনি অমসুং মাগী (ওঝা নজ্রগা  
অঙাং লুচিংবাগী) য়াথং মতুংইমা শাল্লরোয়শিংনা পাঙথোকনি।  
বঃগুস্তা মাগী য়াথং অহু হিক্তোরবা অঙাং খুদিংমক 'out'  
ওইগনি। অমসুং শাল্লবদা লেমহোবা অঙাং অসিনা winner  
ওইগনি।

### ১৭। Potato Race

অঙাংশিং অহু মখোয়গী মশীংগী মতুং ইমা team কয়ামকম  
থোক্কা থায়দোকনি। Team খুদিংমক পরেং পরেং নাইনা খোঙ-  
শানগদোঁরিবা পঙক্তি (starting line) অসিগী মনিঙদা লেপ-  
কনি। অহোবা অমসুং পম্বুংফমগী পঙক্তি অনি অসিগী ময়ামদা,

Team মশীংগা চপ মান্নবা অকোয়বা লৈই অমমম য়েকনি ।  
 অসিগুয়া অকোয়বা লৈই অসিগী মমুংদা আলু অমমম থমগনি ।  
 “Go” গী য়াথং ফংলবদা Team খুদিংমকী মমাত্তদা লেপ্লিবা  
 অঙাং খুদিংমকী অকোয়বা লৈই অদুগী মমুংদা লৈদিবা আলু  
 অদু খুনগংলগা ( Finishing line পন্তুংফম পঙক্তি অদুদা  
 থমলগা মাগী অনিশুবা মী অদুদা শোকনি । অস্তম্মা অনিশুবা  
 player অদুনা পন্তুংফমগী পঙক্তি অদুদগী আলু অদু খুনগং-  
 লগা অকোয়বা লৈই অদুগী মমুংদা অমুক থমগনি । অস্তম্মা  
 শাম্বা অসি মখা চপগনি অমস্তং ইহান হান্না লোইবা Team  
 অদুনা শাম্বদুগী অথোইবা হান্নবদু ওইরে । ( Relay ).

### ১৮ । Back to back lift

অসিগুয়া মখলগী মশাননা অসিদা X অমস্তং Y মথোয়  
 অনিমক মনজল ওস্তোহুবগা লোয়ননা মথোয় মথোয়গী খুংকী  
 খুনিঙশিং অসি কমা লোশিন্নগনি ।

লেপ্লগী কিবম :— মথোয়-মথোয়গী অবাংবগী মতুং ইল্লা  
 খুদোংচাবা মওংদা লেপকনি । “Go” গী য়াথং ফংবা মতমদা  
 অমনা অমবু মাগী-মাগী মনজলদা খাজৎননবা হোৎনগনি ।  
 অসিগুয়া মওংদা খাজৎপা ওয়া অদুনা থোইবা লকনি ।

### ১৯ । Back to back push

শাম্বদৌরিবা অঙাংশিং অসি মনজল ওস্তোহুবনগনি অমস্তং  
 খুংকী খুনিঙশিং অসি কমা লোশিন্নগনি । অস্তম্মা লোশিন্নরিবা  
 অঙাংশিং অসিগী ময়ায়দা অশাংবা লৈই অমা লৈগনি অমস্তং মসিগা

লোয়ননা মথোয় মথোয়গী মমাঙদা ফুট ১০/১০ লাগ্ননা পঙক্তি  
অমমম লৈগনি। 'Go' গী য়াথংদা অঙাং খুদিংমক্কা অমনা অমবু  
থাক্গৎনবা তৌদনা চুন্না মনজ্জমা মতুংলোমদা ইয়গনি। অম্মা  
ইয়বদা মমাঙ-মমাঙদা চিঃলিবা পঙক্তিংশিং অদুদা ইহোকপা ওয়া  
ছাত্র অদুনা অথোইবা ওইগনি।

### ২০। Lame duck fight

মায়োরুবা মী অনী ফুট ৩ দগী ৫ ফাওবগী Radius না শেম্বা  
অকোয়বা লৈই অমগী মমুংদা লৈগনি। মথোয় খুদিংমক মথোয়-  
মথোয়গী ওই থংবা মথোঙ মমাঙলোমদা থাক্গৎপগা লোয়ননা মখুং  
অনিলা কন্না ফাজিন্দনা থমগনি অমমুং য়েং থংবা খোঙনা ইকচাংগী  
balance পুতুনা লেপকনি। "Go" গী য়াথংদা মথোয় খুদিংমক  
অমনা অমবু মকম চাদনবা অমমুং মথোঙ লৈপাত্তা তানবা অদুগা  
অকোয়বা লৈই অদুদগী মপান্দা থোরুবা হোংনগনি। অম্মা  
মমুংদা মকম চানা লৈহোবা মী অদুনা অথোইবা ওইগনি।

### ২১। Cock Fight

ফুট ১২ না Radius ওইবা অকোয়বা লৈই অমা লৈগনি।  
অকোয়বা লৈই অসিগী মমুংদা ছাত্রশিংনা মথোঙ নামা নামা  
থাক্গৎকনি অমমুং থাক্গৎলিবা নাকল অদুগী খুং নামা অসিনা  
খোঙেংদা পায়শিনগনি। 'Go' গী য়াথং ফংলবদা অমনা অমবু

N B. অসিগুবা মখলগী মনাশিং অসি পাঙবোকপা মতমদা অথঙ  
অইহ অমগী মখালা পাঙবোকনি অমমুং কুন্তীগুবা ওইয়বদি মোনপাক্চিংবা  
লিভিয়বা খুদোং চায়।



অকোয়বা লৈই অদুদগী মপান্দা জেগোকুবা হোংনগনি, অমন্তঃ কনাগুম্বা অমনা পায়শিল্লিবা মথুং অসি থাদোকুবা নজ্রগা অকোয়বা লৈই অসিগী রাংমদা থোকুপা খুদিংমক 'out' ওই-গনি অমন্তঃ লেমহোবা ছাত্র অদুনা winner ওইগনি।

## ২২। Fluck the tail

অকরুবা লৈই অমগী মনুংদা শাল্লগনি। ছাত্র খুদিংমক মথোয়-মথোয়গী মশাগী মনিজোংগী মফম অমদা অফংবা পোং উনা, চে নজ্রগা ফিজ়েং ওইংবন্ত নিঙথিনা উবা ওমবা পোং অমনা 'tail' অদু অমমম ওইনা হাপকনি। 'Go' গী য়াংং নজ্রগা খুদম অমা পীরকপা মতমদা ছাত্র খুদিংমক্কা অমনা অমগী মমৈ (tail) অদু লৌথোকুবা হোংনগনি অমন্তঃ মমৈথংদা মমৈ য়াঙুদুনা লৈহোবা ছাত্র অদুনা ওখোইবা শকনি।

## ২৩। Master of the ring

ফুট ১৫ না Radius ওইবা অকোয়বা লৈই অমগী মনুংদা ছাত্র ১২ দগী ১৫ কাওবা শাল্লবা য়াই। "Go" গী য়াংং ফং-লবদা অকোয়বা লৈই অসিগী মনুংদা লৈবা শাল্লরোয় খুদিংমক্কা অমনা অমবু অকোয়বা লৈই অসিগী রাংমদা থাংদোকুবা হোংনগনি। অন্তত্কা থাংদোকুবদা ইরোই লোইনা অকোয়বা

N. B. শাল্লবদা শক্কক য়াংগিবা ছাত্র খুদিংমক্কা কায়বদা য়াংংদা কিরোলনটিংবদা অযদি নজ্রবা য়াংংদা শোকুবা য়াংগি উপায় কয়া শিখিগিবা ওইয়োইবনি। য়াংগিবদৈ শোকু-পয়বদা শাল্লবদা হোংনগনি।

লৈইগী মমুংদা লেমহোবা শাম্মরোয় অহুবু winner নি হায়না লোগনি ।

## ২৪ । Mass Horse and Rider

শাম্মরোয়শিং অসি জুরা-জুরা শেমগনি । শাম্মরোয় জুরা খুদিংমক মথোয় মথোয়গী “Horse” অমন্তং মথংশিংনা “Rider” অমমম লেমগনি । হায়রিবা শাম্মরোয়শিং অসি অকরুবা অকোয়বা লৈই অমগী মমুংদা লৈগনি । স্বাথং ফংলবদা rider খুদিংমক্কা অমগা অমগা, হোংলিবা শগোল অদগী মথক্তগী ইম্বনবা হোংনগনি । করিগুয়া শগোলদগী তাখিহুনা লৈবাক শোকলুরবা, অকোয়বা লৈইগী মপান্দা লাম্বোক্রুবা জুরা খুদিংমক out ওইগনি । অম্বন্বা অরোইবদা লেমহোবা জুরা অদুনা খোইবা শক্নি । ঐখোয়না নীংশিংগদবদি “horse” অমনা কৈদৌঙৈদন্ত অতোপ্পা “horse” অমদা ইনবা তৌরোইদবনি ।

## ২৫ । Prison Break

‘Prisoners’ অমন্তং ‘Guards’ হায়বা team অনী খায়দোকনি । Prisoners অমন্তং Guards শিং অসি ফুট ২০ অমন্তং ৩০ না Radius ওইবা অকোয়বা লৈই অনিগী মমুংদা লৈগনি । বশিংশিংনা মমুংগী অকোয়বা লৈইদা অমন্তং মথংশিংনা Guard শিংনা মপালগী অকোয়বা লৈইদা লৈগনি । ‘Go’ গী স্বাথং ফংলবদা বশিংশিংনা মমুংগী অকোয়বা লৈইদগী মপালগী লৈইদা লাম্বোক্রুবা হোংনগনি অমন্তং মপালগী Guard শিংনা

খিংনবা হোৎনগনি । বৰিগুমা Guard অমনা মাগী মখোঙ অনি-  
মক মশুংগী লৈই অহু লানশিল্লবদি Guard অহু বন্দী ওইনা  
মশুংদা লৈগনি অমস্তং বন্দী অহু মপান্দা থোক্লে হায়না  
লৌগনি । অস্ত্ৰা মিনিট ২ নক্সা ৩ গী অৱেল্লা মতম অমদা  
শাম্ববদা মতুংদা বন্দী ওইবস্থা team অহুনা Guard অমুক ওই-  
গনি অমস্তং Guard ওইবস্থা team অসিনা বন্দী অমুক ওইগনি ।  
অস্ত্ৰা শাম্ববদা অসিনা মপালগী লৈই লাহোকখিবা মশীং অম্বাৰা  
অহুনা অখোইবা ওইগনি ।

---



---

N. B. মথুলা পৌৰিবা SI. No ১৮ ৪১না ২৫ কাওবদা হায়বদা  
মথায়লিং অসি body building গী যৌওটলিংনা শিজিগৈ। মথোবলিং  
অসি 'Combative' হায়না মতনৈ তৌইগুহুং মুলগী অঙাংলিংনহু অচবা  
মথুলা শিজিবদি হাই ।

## অহমশুবা তাত্ত্বক ড্রিল তামসুৱে মাৰ্চিঙে ( Drill and Marching )

চাওখেলবা বিজ্ঞানগী যুগ অসিদা ঐখোয় অমদি ছাত্ৰ ছাত্ৰী  
খুদিংমক্কা হকচাং নাদ-য়েস্তনা অমসুং মশা-মউ ফনা লৈবা হায়বা  
অসি ঐখোয়গী অমতা ঙায়রবা উদ্দেশা অমনি । ঐখোয়না হংবা  
হাই, করিগীদমক লাইরিক তক্ষম শঙ কয়াদা অমদি ওবাশিংগী  
মক্ষমদা হকচাং শাজেলগী ট্ৰেনিং পীৰিবনো, তদুগা থামনা মমাং-  
ঙৈগী মতমদনা অসিগুম্বা ট্ৰেনিংশিং অসি শিঙিল্লরমদ্রিবনো ?  
মসি হাম্মা অঙকপা বাক্ষম অমা নভে । অচম্বা মঙদা হায়রবদা  
মমাংঙৈগী মতমদা মীগী শক্তি অসি শিঙিল্লরমই ভৌই গুম্বসুং  
হোঙিকী মতমদদি মী খুদিংমক্কা বিজ্ঞানগী মতেনা মতল শিনথ্ৰে ।  
মসিনা মীওইবগী কায়াংশিং অসি লেঙ-খোংপগী থবকশিং অসি  
বাবলকপা মরম্বা হকচাংগী কায়াংশিং অসিদা মাগী মাগী শক্তি  
বাবলকই অমসুং মপাঙ্গল শোম্বরকই । তদুগা ফিবম কয়াদগী  
হকচাংগী লায়না কয়া পোকহল্লি । অসিগুম্বা, হকচাংগী লায়না  
কয়াদগী কল্পৰা মুলদা, মখল মখলগী হকচাংগী শাজেল কয়া  
অঙাংশিংদা তম্বী । মুম্বা কুপ্পা য়েশিল্লরবদি অসিগুম্বা হকচাংগী  
শাজেলশিং অসি বিষয় অয়ান্দগী হেমা মগুণ লৈনা উই ।  
ঐখোয়না খঙই “Health is wealth” হকচাং কবা হায়বসি  
ললনি, হকচাংনা ফল্লবদা মীওইবগী পুন্সিদা করিন্তু লুংঙাইকম

লৈতে। অসিগুহা ল'য়না অমদি অভনবা কয়াদগী কোক্লনবা  
 কুলগী অঙাংশিংদা হকচাংগী শাজেল অভোপা মখল মখলগী  
 Physical Training, Drill & Marching, Games অমসুং  
 Sports, অগোই ঈশ অসিনচিংবা কয়া কয়া কুলগী Co-curri-  
 cular গী মরুওইবা আইটেমি।

পীক্লিবা অঙাংশিংগী মণা মউ ফনবগীদমক লীনবিরক্লি-  
 শিংগী মকমদা ঐখোয়না থাগংকম থোকই। অমুকসু ঐখোয়না  
 নীংশিংবা য়াই মদুদি Drill & Marching অদি Army অমসুং  
 পুলিসকী যীওইশিংদনা শীজিগৈ, হায়না খনবদুগী ওন্ন-ভৈনরে।  
 হোজিক্তি মসি কুলগী Programme দা মরু ওইবা বিযম অমা  
 ওইরক্লে। মসিনা কুলগী ছাত্রশিংগী মকমদা লমচং ব্যবহার  
 নাইবা। মণানা মণাবু থাজবা, ওঝাগা ছাত্রশিংগা মরী লৈন-  
 নবগী খেঙখাংদা মতেং পাংই অহুগা জাতিহুগী নিঙখিৰবা সমাজ  
 অমা শেমগংপদা Drill অমসুং Marching না অহানবা খেঙ-  
 জঙগী কান্নবা পী।

মসিদা নতনা ঐখোয় যীওইবনা ইশাগী বাখলগা হকচাংগা  
 অনি অদিবু মরী লৈনহন্নবগী মরু ওইবা ধৌরমনি অহুগা হৌ-  
 গংলকইবা নহারোলশিংগী পুক্রিংগী ফিবমসু অমস্তা ওইবা পুক-  
 চেল ওইরক্লে। মান্নবা ফিজোল শেস্তুনা জাতিহুগী মতিক মন্তণ  
 ঙাক্লেবা অচৌবা ধৌদাংনি।

কুলগী ক্লিৰাল চিংখংপা, Play Day, অমসুং অঁতে অভোপা  
 Sports Meet নচিংবা ধৌদোক কয়াদা ভোয়না শীজিন্নরগদবা

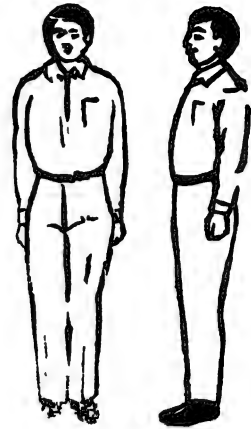
**Drill অমসুং Marching ( ড্রিল অমসুং মার্চিং ) গী নিয়ম**  
ধরা মধাদা পীরি।

১   সাবধান	১৪   গিন্তি কর
২   বিশ্রাম	১৫   ধম
৩   আরামসে	১৬   জৈসে ধে
৪   দাইনে মুর	১৭   এক লাইন বন্
৫   বাইনে মুর	১৮   কদম বদল
৬   (ক) আধা দাইনে মুর	১৯   ছোটা কদম
(খ) আধা বাইনে মুর	২০   লম্বা কদম
৭   সৎ যা	২১   খুলে লাইন চল
৮   পিছে মুর	২২   দো কদম দাইনে/বাইনে চল
৯   ভেজ চল	২৩   অফিসারকো প্রতিকা দেনা
১০   সামনে সেলুট	ঔর ইনাম লেনা
১১   দাইনে/বাইনে সেলুট	২৪   ধিরে চল
১২   কদম তাল	২৫   তিন কমিনর লগায়েঙ্গে
১৩   সামনে দেখ	

### 1. Savadhan ( Attention ) : -

(ক) খুনিঙ অনি অহু পরেং অমতদা নকশিমা লৈগনি।  
খোঙ অনিগী অরাওবা জাগা অহু ডিগ্রি ৩০ লাওগনি। হক-  
চাংগী িবম চপ য়ু'না লৈগনি। (খ) হকচাংগী খল অসি খোঙ  
অনিমত্তা ধমগনি। (গ) ধবাক লোংখোকনি অমসুং মাঙলোমদা  
ইছোকনি।

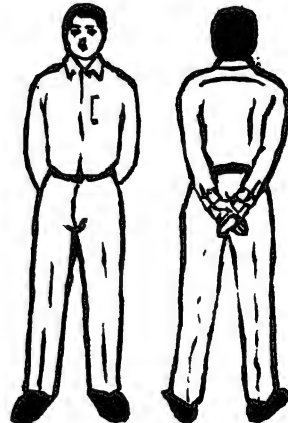
(ঘ) খুংকৌ ফিবম :- লেং-  
জুমদগী পাম্বোমশিং অসি চুন্ন তাহন-  
গনি অমসুং খুংকা হকচাংগা অনিগী  
মরক্তা অহোবা অমত্তা লৈহল্লোইদ-  
বনি, খুং খুদিংমক কোমলপা পায়-  
শিনগনি অমসুং খুবী খুদিংমক্কা খু-  
দোহ্বীগী কোনশিনবা অসিগী মথক্তা  
জাহনগনি । (ঙ) ঙক: অসি পংখাসু  
থাক্কাংলোই, মশাগী পচাবী মতুইন্ন  
থাক্কাংকনি অমসুং মসিগা লোয়ননা



মিংফম অসি গজ ১০০ দগী ১৫০ ফাওবগী মসুংদা থমগনি । (চ)  
স্বর: নুশাস্বর থিংলোইদবনি অমসুং হকচাংগী ফিবম অসি  
মনিঙ অমসুং মমাঙদা য়ান্না ইম্বোক্রোইদবনি ।

## 2. Vishram (বিপ্রাম)

Stand-at-ease : (ক) খোঙগী  
ফিবম: ওইথংবা খোঙ অসি  
কুট ই অমা রান্না থাক্কাংলগা ইক্তি  
১২ লাপনা (মী মীদুগী মশাগী  
অহাংবা ফিবম য়েংলগা থরদং  
হেন্দোক-হেজিনবদা অকাযবদি  
লৈতে) য়েথংবা খোঙদগী থাং-  
দোকনি । (খ) খুংকৌ ফিবম: খুং

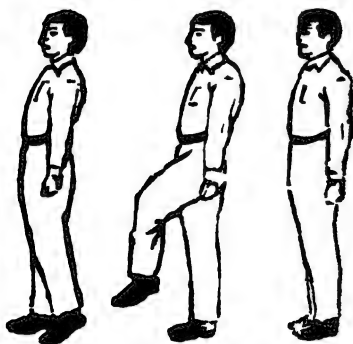


অনিমক মতম অমত্তদ। তুংলোমদ। থমগনি, মাদ্গা লোয়ননা ওই-  
থংবা থুংশ। মরি অমত্তং খুবীগী কারক্ত। য়েং থংবা থুংশ। মরি  
ননশিন্নগনি অমত্তং য়েং থংবা। খুবীনা ওইথংবা খুবীগী মথক্তা  
ভাহনগনি, পাহোম চপ তিংগনি (গ) থংক, স্বর অমত্তং  
উকী ফিবম :- সাবধানগী ফিবম অদুগা মাদ্গে।

### 3 Aramse ( Stand-easy ) হকচাংগী ফিবম :-

বিশ্রামগী ফিবমগা চপ মাদ্গে। মতম অসিদা হকচাংগী কায়াং  
খুদিংমক লোইনা মশাগী ওইবা ফিবমদ। লৈগনি। তোইগুম্বুঃ  
বান্নো-বান্নাই শাবা, উক লৈখোকপ। ঽম্বুঃ রুমালনচিংবা শীজিন্নবদা  
ভোরোইদবনি ( থাংগী মথক মথৈদি খরা লেঙ-খোৎপা য়াই )।

### 4. Dahine mur (Right turn):- মসি Savadhan গী



ফিবমদগী পাঙখোকনি। মসি  
শীজিন্নবদা মশীং অনিদা শী-  
জিন্নগনি।

Ek (এক) : ছাত্রশিঃনা

৯০° দা য়েংলোমদ। লম্ববা  
মসিগা লোয়ননা লম্ববা মতমদা  
য়েং থংবা খুনিঙদা অমত্তং ওই  
থংবা খোঙ মতোন্দা, মথং-

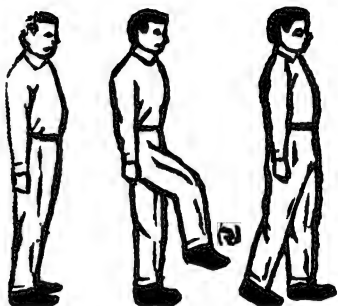
শিঃনা খুনিঙগী মতোন্দা ওই থংবা খোঙ-দোন ভাহনগনি। হক-  
চাংগী অরুদা শরুক য়েং থংবা খোঙনা পুগনি। মসিগী মতুংদা  
য়েং থংবা খোঙপাক অসি লম্বমাদ্গদ। নিঙধিনা ভাহনগনি, খোঙ



ଅନିମକ ମଧ୍ୟଶିଳ୍ପୀ କଳାକ କୋଳନା ଅମଳ୍ପୁଃ ଶୁଂକୀ କିବୟ ମଧ୍ୟ-  
ଶିଳ୍ପୀ ନାକନ୍ଦା ଶୁଂଶାଶିଂ ପାୟଶିଳ୍ପୀନା ଲୈଗନି ।

**Do ଦୋ :-** ଅନିମକଦା ଛାତ୍ରଶିଳ୍ପୀ ଓଇ ଥିବା ଯୋଗେ ଅଛୁ  
ଲୈବାକ ମଧ୍ୟଶିଳ୍ପୀ ଇଞ୍ଜି ୬ ( ସେ: ସି: ୧୫ ) ଶାଂନା ଥାଞ୍ଜେଲଗା କୈଗଲ-  
ଶିଳ୍ପୀ ଲୟମାୟଗା ସମାନ୍ତର ଓଇବା, ଥୋଡ଼େଲଗା ଲୈବାକଲୋମଦା ଶୁଂ-  
ଶିଳ୍ପୀ ଅମଳ୍ପୁଃ 'ସାବଧାନ ଗୀ କିବୟଦା ଥୋଡ଼ ୬ଓଇ ଥିବାଗା ଶ୍ରେ-  
ଥିବାଗା ଶମଜିଲ୍ପୀଗନି ।

**5. Baine mur ( Left turn ) :-** "Dahine mur"  
ଶୁଭା ମସିଷ୍ଟ ମଶୀଂ ଅନିଦା  
ଓଇରୋମଦା ଲୟଗନି । ଲୟବା  
ମତମଦା ଓଇଥିବା ଶୁନିଓ ୧୨୦  
ଶ୍ରେଥିବା ଥୋଡ଼େଲେଲ୍ପୁ ଅମଳ୍ପୁଃ  
ଭୌଗନି ।



**6 Adhadahine/Baine mur ( Right/Left inclin ):**  
ଅସିଶୁଭା command ଦା ଶ୍ରେ ଅମଳ୍ପୁଃ ଓଇଶି ଥୋଡ଼ ତଥାହିତମକ  
ଲୟଗନି । ଲୟବା ମତମଦା ଡିଗ୍ରି ୫୫° ଦା ଲୟଗନି । ଅସିଶୁଭା  
ଶୁଂଲେଲ୍ପୁ ଅସି ମଶୀଂ ଅନିଦା ମପୁଂ କାବା 'Dahine/Baine mur' ଦା  
ଲୟଗା ଚପ ଯାଞ୍ଜି ।

**7. Sat ja ( Dress-up ) :-** ଶାଂ ଅସି କିବା ମତମଦା  
ଛାତ୍ରଶିଳ୍ପୀ ମଶା ମଶାଶି ଶାଞ୍ଜା ଥୁବା ମତାନ୍ଦା ଅମଳ୍ପୁଃ ଶାଞ୍ଜା ଶେନବା  
ଥୋଡ଼କମଦା "Dahine Saj" ଦା ଶୌଧିବା ମଓଃ ଅଛୁକ ଶୌଗନି

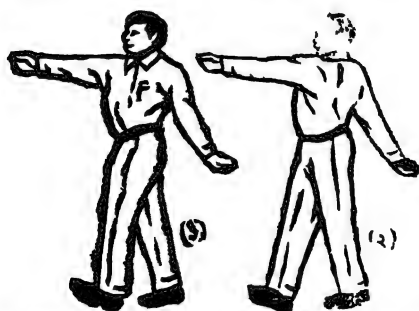
অমস্তং পরেং অদ্র চুমখোরুগা “Savadhan” গী কিবমদা লাক্কনি ।

অসিগুস্তা য়াথং অসি P. T. নত্রগা Drill তৌরিউদা পরেং  
কায়রবা মতমদা শীজিল্লগনি । মসি য়াম্মা অতেনবা Dahine Saj  
অমস্তং Samne Dekh কৌ অপুনবা য়াথংনি ।

8. Picche Mur (About-turn) :—মসি মশৌং অনিদা  
পাঙথোক্কনি ।

Ek :—য়াথং অসি ফংবা মতমদা ছাত্রশিংনা মখোয় মখোয়গী  
য়েংলোমদা, ভিত্তি ১৮০° দা লয়গনি । লয়বা মতমদা ওইগী  
খোঙদোল মথংদা য়েংকৌ খুনিঙ ওইগনি । হকচাংগী Balance  
নিঙথিনা ধমগনি অমস্তং খুং অনিমক কৈগলগা নকশিল্লগনি ।

Do :—অনিশুবা মশৌংদা ওই থংবা খোঙদু লয়মায়দগী ইকি  
৬” রাংনা ধাক্কলগা Savadhan দা লাক্কনি । অসিগুস্তা মতম  
অসিদা হকচাংগী অরুস্তাদ য়েং থংবা খোঙদা পুগনি ।



9. Quick March (Tej chal) :—য়াথং অসি মশৌং  
অনিদা পাঙথোক্কনি ।

**Ek :**— অহানবা মশীন্দা ছাত্ৰশিংনা ওই থংবা খোঙনা  
হান্না মমাঙদা থাংদোকনি । খোঙ অসি তিংথোকপা মতমদা খুকউ  
কোন্দনা খুনিঙনা সেঃ মিঃ ৭৬ তা শোকজনগনি নক্সা মাগী  
অরাংবগী ওইগনি । মসিগা লো'হন লোয়ননা য়েংবা খুং অহু  
মশাগী ওইবা মঙদা মমাঙদা পুগনি অমন্তঃ ওই থংবা খুংনা  
তুংদা লাকনি । খুংশিং অসি কোল্লগা পেটিগী মথক ওইনা  
হাইগনি ।

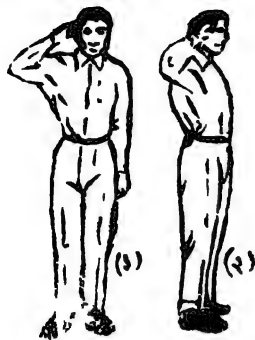
**Do :** অনিশ্চবা মশীন্দে হেংথংবা খোঙ অমন্তঃ খুংশিংনা  
মখোয়গী ওন্ন-তৈনবা মায়কৈদ' হাইদোকনি । অসিগুপ্পা মঙদা  
ভ.তংপা লৈতনা **Ek-Do, Ek Ito** গী য়াথং অমন্তঃ মশীন্দা  
চংথগনি । চংপা মতমদা হকচাঃ অসি চপা তিংথোকনি ভৌই-  
হুন্তং কোল্ল চংকনি অমন্তঃ মসিগা লো'হন-লো'হননা খুংশিং  
লিংহনগনি অমন্তঃ খুনিঙ চুমদ্রিং চুমজনগনি ।

10. Salute to the front/ ~~সম্মুখীন সালুট~~ **Samne Siloot/**  
~~সম্মুখীন সালুট~~ ) :— মসি শীজিলবা মতমদা মশীং অনিদা শিজিলগনি ।

**Ek :**— মসি পাঙথোকপা মতমদা ছাত্ৰশিংনা মখোয়গী  
য়েংথংবা খুংশিং অহু অকোয়বা মঙদা হান্না হজন মাগী মাগী

**N. B.** Tej et al ৰ খোঙকাপ অমগী অৱাঙবা অ'স সেঃ মিঃ ৭৬  
ওইগনি অমন্তঃ পাখোয়শিংনা হাইবা মতমদা হুংগী পেটিগী মথক ওইনা  
হাইগনি ভৌই-হুন্তং খুংশিং অসি হান্না কোল্ল অমন্তঃ লো'হুংগী পঙজিবা  
হাইবা অসি শীজিলৈ ।

মকোকলোমদা পুরকনি। অসিগুম্মা পুরকপ, মতমদা খুবার মমাও-  
লোমদা এন্থোকনি, খুংশাশিং চুম্মা তিথোকগ। অমগা-অমগা  
নপশিন্নগনি, খুদোহীগী মতোনন। য়েংথ'ব, মিংকী মথত্র। ঠিগি



অমা কাঞ্চলগা থম্মগনি, বুবী  
অদু খুদোহিদা নপশিন্নগনি.  
খুনিঙন' লে'জুমগ। পরে  
অমদদা লৈগনি, খুংশাগী  
মতোলনিং, য়েং :স্ত' খুনিঙ  
পরে' অমদদা লৈগনি। ৬

Do : অনিশুবা মগী দা  
চাত্রশিংনা মথোয় মথোয়গী

মখুংশিংদু খুনা অশম্মা মওদা হাম্মগী ফিবমদা পুরকনি।

11. Dahine/Paine Siloot Siloot (Salute to the  
right/left) :—য়াথ' অসি ক্রাস অহুনা marching তোরিঙেগী  
মতমদা শিজিন্নগনি। অসিগুম্মা, Dahine Saloot নক্সগা  
Baine Siloot অসি (Ek) ওইথ'বা খোঙন। লৈবাক্ত' নেথরকপা  
মতমদা পোগনি মদিদা য়েংথ'বা খোঙগা লোয়ননা খোঙকাপ  
অসি মপু' ফাভিন্নগনি অমস্ত' য়েংথ'বা খোঙ মমাওলোমদা থাং-  
দোকনি, খুনিঙনা লৈবাক্তা গম্মগনি, খোঙদোল লো'খৎকনি,  
পান্থোমদি য়ারিবমথে তিথোকনি।

\* খুং থাঞ্চপগা লোয়ননা "অয় হিন্দ'" হায়না অমত্তা ওইবা  
খোজাউবা লাউগনি।

ওইথংবা খোঙ, মনাঙলো-দা পুথোকনি অমসুং মথংগী  
খোঙকাপ অহু ওইথংবা খোঙদা লোইশিনগনি-থুনিঙনা লৈবাক্তা.  
নেংলগা খোঙদোল থাঙৎকনি, য়েংথংবা পাসোম নিঙথিনা Siloot  
কী মফমদা পুরকনি, ঙক লৈথোকপগা লোয়ননা য়েংলোমদা য়ে-  
গনি, ওইথংবা থুংনা savadian গী কিবমগুস্তা থমগনি।

ওইথংবা খোঙনা লৈবাক্তা শোকপা মডমদা হৌজিক  
Siloot ওইরে, মসিদা ক্রাস অনি 'UP' কা লোয়ননা ওইথংবা  
পাসোমদা নাকলদা লৈথিগনি, Siloot কী কিবম নিঙথিঙনা  
লোংজুম লেঙদনা মথংগী য়েংথংবা খোঙকাপকা লোয়ননা Do  
লাউগনি। অসিগুস্তা মঙলা do, tin, char, panch, chhe  
মথং মনাউ নাইনা য়েংথংবা খোঙকাপ কাওবা চংগনি।

অসিগুস্তা খোঙকাপ মশী: "chhe" হায়বদা য়েংথংবা খোঙ-  
কাপ কাওবা থীগনি। থুনিঙনা লৈবাক অসি হেক থেংনবা  
মডমদা ঙক লৈথোকপগা লোয়ননা মিৎসু মনাঙলোমদা য়েংগনি,  
য়েংথংবা থুং নাকদা পুশিনগনি অমসুং 'Niche' হায়না  
লাউগনি।

অমসুং তয়েংগুস্তা মশী:দদি marching অহু, থুং নিঙথিনা  
হাইনা অমসুং কজনা, মধা চংগনি।

12 Qadam Tal (March Time) : - য়াং অসি মশী:  
অনিদা পাঙথোকনি। য়াং অসি কংগা ছাত্রশিংনা মথোং  
মথোয়গী ওইথংবা খোঙশিং অহু থাঙৎকনি, থাঙৎগদা কৈগলকিং

লয়মায়াগা সমান্তর ওইগনি, খোঙদোল লয়মায়াদা লুকথহনগনি  
অমন্তঃ হকচাংগী অকম্বহু য়েংথংবা খোঙনা পুগনি।

Ek : য়াথং অসিদা ওইথংবা খোঙপাক অসি লয়মায়াদা  
পুরকনি অমন্তঃ য়েংথংবা খোঙ থাঙ্গৎকনি।

Do : য়াথং অসিদন্তু মথকৌ অহুংলা চপগনি। অবোপা  
লৈতনা অমন্তঃ মতম লৈবখিবিক্তা হকচাং অসি সাবধানগী ফি  
বমদা লৈগনি।

13, Samne Dekh ( Eyes Front ) :—য়াথং অসিদা  
ছাত্র অমন্তঃ ছাত্রিশিংনা থুং অমন্তঃ ডক মতম অমন্তদা য়াম্মা  
ফজনা Savadhan গী ফিবমদা পুরকনি।

14. Ginti kar (Numbering) :—য়াথং অসিদা ছা  
শিংনা Savadhan গী ফিবমদগী ডক অমদি মিৎ চোইবা লৈতনা  
'এক, দো, তিন' অসিনচিংবা মথং মথং থীগদবনি।

15 Thum ( Halt ) :—য়াথং অসি য়েংথংবা খোঙনা  
য়েং-তা শিল্লকপা মতমদা গীগনি। য়াথং অসি ফংবা মতমদা  
মাঙদা চৎপগী থবক অসি লেপকনি। মসিগা লোয়ননা য়েং-  
থংবা খোঙনা ওইথংবা খোঙগী পরেং অমন্তদা পুরকনি অমন্তঃ  
থুংশিংছ য়াম্মা ফজনা নাকলদা পুরকনি অমন্তঃ মসিগা লোয়ননা  
ছাত্রিশিংনা Savadhan দা লাকনি।

16. Jaise the (As you were) :—য়াথং অসি কনা-  
গুয়া তহ্মীরিবা ওয়া অমদি তাকপীরিবা মী অহুনা পেন্দবা

ধৌরম মতমদা হান্নগী ফিবম অদুদা অমুক হান্নবা লাউবগী  
মতমদা শিজিন্নগনি।

17. Ek line Ban :— য়াথং অসিদা squad অদু পরে  
অমদা লেপকনি। পরে অসিগী য়াথং পীজিউগী মতমদা ভম-  
বীরিবা ওবা অদুনা Dahine Darshak ওইননবা ছাত্র অমা  
হান্না কোথোকনি।

অসিগুয়া য়াথং অসি হেক ফংবগা লেমহৌরিবা ছাত্রগিনা  
Savadhan ভোগনি অমস্তং Dahine Darshak কী ওইথং  
নাকলদা পঙক্তি অমদা লেপকনি। অসিগুয়া মতম অসিদা  
ছাত্র ষিবিরা মখোয়গী লেংজুমগা লেংজুমগা লাগবা অমস্তং পঙক্তি  
নচিবা য়েংলোমদগী য়েংগনি।

ঐথোয়না পরে অমা শেস্বা মতমদা অসিগুয়া চেনবী  
অসিগা লোয়ননা য়ান্না থুনা পাঙথোকনি অমস্তং অরাংবন।  
ওইদা অমস্তং অনেস্বনা য়েংথংবা য়ায়কৈদা মথং মথং লেপকনি।

18. Qadam Badal :— য়াথং অসি মশীং অনিদা  
পাঙথোকনি।

Ek : য়াথং অসি য়েংথংবা খোঙনা লৈবাক্কা থেংনবা  
মতমদা গীগনি। ওইথংবা খোঙনা সে: মি: ৭৬ কী মপুং ফাবা  
খোঙকাপ অমা লোগনি। মদুদি য়েংথংবা খোঙগী মমাঙদা ওই-  
গনি। য়েংথংবা থুংনা মমাঙদা অমস্তং ওইথংবনা মনিঙদা লাকনি।

Do : য়েংথংবা খুকউ নোস্গনি, ওইথংবা থুনিঙদা য়েং-  
থংবা খোঙনা hollow অমা শেমগনি থুংতি নাকলগী মপান্দা

ପୁରୋକ୍ତି, ଓହି ଥିବା ଖୋଡ଼ ମହାତ୍ମାମଦା କାଓପୋକ୍ତି ଅବସ୍ଥା  
Tej chal ଗୀ ଫିବରଦା ଲାକ୍ଷଣି ।

19. Chhota Qadam :—ସ୍ବାଧୀନ ଅସି କ୍ରାସ ଯାଉନା ଚଢ଼ି  
ଥବା ମତମଦା ଅସି ଧରା ହସ୍ତବର୍ତ୍ତୀଦୟକ ଶୀଘ୍ରଲେ ।  
“Chhota” ହାସ୍ତବା ସ୍ବାଧୀନ ଅସି ଓହି ଥିବା ଖୋଡ଼ନା ଲେବାକ୍ତା ଲେରିଟି  
ଅବସ୍ଥା ଯେଉଁ ଥିବା ଖୋଡ଼ନା ମହତ୍ତା ଲେରିଟି ମତମଦା ଶୀଘ୍ରଲେ ।  
‘Qadam’ ହାସ୍ତବା ସ୍ବାଧୀନ ଅସି ଯେଉଁ ଥିବା ଖୋଡ଼ ଅସି ସେମି: ୧୬କୀ  
ମହତ୍ତା ସେମି: ୧୭ ଦା ଧାଂଗନି ଅବସ୍ଥା ଚଢ଼ି ଅହୁ ଅହୁସ୍ୟକ ଚଢ଼ିଗନି ।

20. Lamba Qadam :—“Lamba” ସ୍ବାଧୀନ ଅସି ଓହି  
ଥିବା ଖୋଡ଼ନା ଲେବାକ୍ତା ଶରୀର ଅବସ୍ଥା ଯେଉଁ ଥିବା ଖୋଡ଼ନା ଧାଂଗ-  
ଲିଟି ମତମଦା ଶୀଘ୍ରଲେ । ‘Qadam’ ସ୍ବାଧୀନ ଅସି ଯେଉଁ ଥିବା ଖୋଡ଼-  
କାପ ଅସି ସେମି: ୧୬ କୀ ମହତ୍ତା ସେମି: ୧୮ ଲାଓନା କାନଗନି  
ଅବସ୍ଥା ମହା ଅହୁସ୍ୟକ ଚଢ଼ିଗନି ।

21. Khule Line Chal :— ସିନା କନାକ୍ତା ଅବସ୍ଥା  
Squad କୀ Drill ଯେଉଁ ହାସ୍ତବର୍ତ୍ତୀ (khule line) ଅସି ଦର-  
କାର ଓହି । ସିନା ମହାତ୍ମା ଥିବା ପରେନା ଖୋଡ଼କାପ ଅସି ମହାସ୍ବା  
ସାଞ୍ଜା, ମନିତ ଥିବା ପରେନା ଖୋଡ଼କାପ ଅସି ମହାସ୍ବା ତୁଲୋମଦା  
ଚଢ଼ିଗନି ଅବସ୍ଥା ମହାସ୍ବା ଥିବା ପରେନା ଲେଉଟନା ଲେଗନି ।

‘Chal’ ଗୀ ସ୍ବାଧୀନ ମହାତ୍ମା ଥିବା ପରେନା ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ କାବା ଓହି-  
ଥିବା ଖୋଡ଼କାପ ଅସି ଧାଂଗନି ଅବସ୍ଥା ସିନା ମହାତ୍ମା ଯେଉଁ ଥିବା  
ଖୋଡ଼ ଧାଂଗନା ଲେଉଟନା ଓହି ଥିବା ଅବସ୍ଥା ସେମି: ୧୯ ଗୀ ଖୋଡ଼କାପ



অমনা য়েৎৎবা খোঙনা নিঙখিনা পুশিনগনি । \*Nikat-line-chal দক্ষ মসি ওয় তৈনবা মওদা ওইগনি ।

22. Do Qadam Dahine/Baine Chal :—Baine Chal গী মতমদা ছাদশিনা মখোয় মখোয়গী ওইৎৎবা মখোঙশিং অসি ওইৎৎবা নাকন্দা ( সে: মি: ৩০ ) পুথোকনি অমন্তু য়েৎৎবা খোঙশিনা ওইৎৎবগী মনাক্তা পুশিনগনি । অসিগুয়া মও অসিদ অমুক হুয়া চপগনি ।

Do Qadam Chal গী য়াথংদা ছাদশিনা মথক্তা ভৌ-থ্রিবা নিয়মশিং অসিগা চপ মান্নগনি তেইগুয়ন্তু মও অসিদদি য়েৎৎবা খোঙলোমদগী হুয়া হৌগনি ।

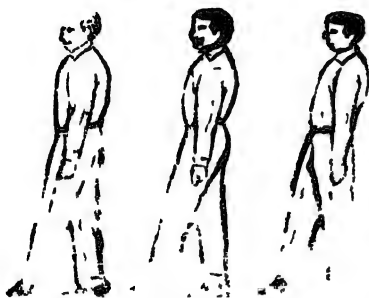
23. Officer ko Patrika Dena aur Inam Lena : মসি ওফিসার অমন্তু মৌশক নাইবা অথল্লব অমগী মনাক্তা চঙুনা মওদা পোৎ পৌবা নত্রগা মন মগম লৌরকপা মতমদা শীজিন-নগনি । মসিদা কনাগুয়া অমগী য়াথং ইলোই, মশা মথক্তা পাঙথোকচগনি হায়বদি কনাগুয়গী রাফম নৈত্রে । অদুগা চঙবা মতমদা মথাগী নিয়ম অসি ইনগনি ।

ছাত্র অদুনা নিঙখিনা marching তৌদুনা চঙগনি অমন্তু ওফিসার অদুগী মমাওদা খোঙকম অহম রাংনা লেপকনি । মসিগী মওদা Siloot তোগদি, অমন্তু খোঙকম অমা য়াঙলোমদা চঙশিনগনি, Patrika নত্রগা চিঠি ওইৎৎবা খুঁতগী য়েৎৎবা খুঁনা লোগনি অমন্তু Savadhan গী ফিবমদা লাকনি অমন্তু

**Patrika** পীগনি । মসিগী মতুংদা অমুক খোঙফম অমা হস্তগনি,  
**Siloot** ভৌগনি অমসুং হান্নগী মফমদা হনথিগনি ।

করিগুয়া ছাত্র অমনা Prize লোবা তারবদি মহাক্সা মথক্ত।  
 পনপ্রিবা চংনবীশিং অসি লোইনা ইনগনি তৌইগুসুং পীবগী  
 মহক্তা লোরকপা ওইবতনি ।

**24. Dhire Chal :—** “Dhire chal” হাং অসিদ।



ছাংগিনা মথোয়গী ওইথংবা  
 খোঙ মমাঙলোমদা কান্থোক-  
 কনি, খোঙদোলছ হাইরপনা  
 লয়মায়দা লুকথগনি অমসুং  
 হকচাংগী কায়ং খুদিংমক চপ-  
 তিংনা লৈগনি, অমসুং খুং-  
 শিংছ নাকলদা নিঙথিলা লৈ-

গনি । কান্থোকলিবা খোঙকাপ অসিগী অরাওবা চাউরাক্সা ০.৭৮  
 সে: মি: ওইগনি, অমসুং হকচাংগী থল খুদিংমক য়েংথংবা খোঙদা  
 পীগনি ।

**Ek : ‘Ek’** হায়বা মশীদা অহানবদা কান্থোকপ্রিবা  
 খোঙকাঙগী অতোপ্পা ৫৮ সে: মি: গী অমুক কান্থোকপগা লোয়-  
 ননা লয়মায়দা জাগনি, তাবা মতমদা খোঙদোলনা হায় লয়মায়  
 শোকনি, অমসুং মতম অদুদা য়েংথংবা খোঙনা ওইথংবা খোঙদগী  
 ৩৮ সে: মি: লাগ্না মাঙলোমদা থাংদোকনি ।

---

নিঙথিংগদা—হাং অসি পাঙথোকপদা মশীং অনিদা এক ঠুং হো ব  
 পাঙথোকনি ।

Do : 'Do' গী মশীন্দা য়েৎথংবা খোঙ লয়মায়দা লৈগনি,  
অমস্ং ওইথংবা খোঙনা য়েৎথংবা খোঙদগী ৩০ সে: মি: লাগ্না  
কানগনি ।

অসিগুম্বা মওন্দা marching অসি চংথগনি । 'Dhire  
chal' গী মতমদা হকচাংগী থল অসি ওন্ন তৈনবা খোঙশিংদা  
হকচাংগী থলশিংদা পীগনি অমস্ং খুং শা অমত্তা লেঙলোইদবনি ।

## 25. Tin Quami Naare Lagayange :—

'Bharat Mataki' য়াথংসিদা ছাত্র অমস্ং ছাত্রিশিংনা  
মখোয় মখে রুগী য়েৎথংবা মথুংশিং অত্থ থাং-  
গৎকনি, থাংগৎপা মতমদা থুংতুম তালিনগনি,  
থুংনিং কোনগনি অমস্ং মসিগী মতুংদা থাইদগী  
অশম্বা লম্বেলদা শক্তি অমগা লোয়ননা মথক-  
লোমদা ইনৎৎকনি অসিগা লোয়ন-লোয়ননা  
মখোয়না 'Jai' লাউ'নি। মসিগী মতুংদা  
মখোয়না মখোয়গী মথুংশিং অত্থ থাইদগী অশম্বা  
লম্বেলদা পুরকপগা লোয়ননা Savadhan গী  
ফিবমদা পুরকনি। অসিগুম্বসি ( action )  
পাঙথোকপা মতমদা 'Bharat Mataki Jai' হায়না অলমলক  
হম্মা লাউবসি শাজিন্নগনি ।



ঐখোয়না নিঙশিংগদবদি অসিগুম্বা slogan অ'স শীজিন্নবা  
মতমদা অনিশুবা লাউগদবা অসিনা অহানবদগী ধরা হেমা

ହୋଇନଗିନି ଅସୁନ୍ଦା ଲାଉବସି ଅହସନ୍ତବା ଲାଉବନା ( ଅରୋହିବା )  
 ଥାଇଦଗୀ ହୋବା ଧୋଞ୍ଜେନ୍ଦା ଲାଉଗିନି ।

ନିଃଶିଂଗଦବା : - ମଧ୍ୟକ୍ତା ପୌତ୍ରବା 'ଦାହିନେ/ବାହିନେ ମୁର ଧନ୍ତ'  
 ଧିହେ ମୁର" ନା ଚୁନ୍ନା ଭସ୍ମବଗୀଦୟକ ଓଇନା ଏକ-ଦୋଦଦା ହାୟଭସ୍ତ୍ରେ  
 ଅହୁବୁ ବଜବା ମଂଂ ଅୟନା ଭୋବା ତାବବଦି ଏକ, ଦୋ, ତିନ - ଏକ  
 ହାୟଦୁନା ଲୟଧୋକ ଲୟଶିନଗୀ ମଂଂ ଅସି ଭୋଗିନି । ହାୟବିବା  
 ଅସି ମଧ୍ୟୀଂ ଧୋବା ସତୟନା ଏକ, ଦୋ, ତିନ—ଏକ, ହାୟବଦା ତିନ  
 ହାୟବସିନା ଧଜିକ୍ତଂ ଶାଂଲପ୍ପା ହାୟଗିନି ।

---

## মরিশুবা তাক্কক ওলিম্পিক গেমস ( Olympic Games )

ঐথোয়না ওসি পৃথিবী ফাওনা খঙনরবা ওলিম্পিক গেমস অসি পনবা মত্তমদা অমুক নৌহোনা গ্রিসকী স্বারী নিঙশিংদবা উমদে । গ্রিস হায়বা লৈবাক অসি হকচাং ফবগী থোরমদা শিক্ষা পৌবগীদমক, থায়না মমাংউদগী পৃথিবীদা মমিং চেলি । ঐথোয়না পনবা স্বাই, অঙাং অমা হেক পোক্কপা মত্তমদা স্বাস্থা শোঙ্খু-নাউজুনবা ওইরকুবদি, নিংথোনা মাগী সিকাংই থাদুনা হাংন-নবা স্বাথং পীরন্নি । অল্পস্বা মত্তম অদুগী গ্রিসশিংগী মরু ওইবা শিক্ষাদি জিন্মাটিক অমশুং ম্যাজিক অসিনা অথোইবা ওইরন্নি । অমুক নিঙশিংবা স্বাই, গ্রিস লৈবাক অসি চীংগী লমদম ওইবা মরস্বা মনিঙ-মখা তস্বা ফেট কস্বাশ লৈরন্নি অদুনা মরম ওইদুনা হকচাং ফননবগী টেনিং অসি ফেটশিংগী মরু ওইবা উদ্দেশ্য ওইরন্নি । Sparta, Athens অসিনচিংবা ফেটশিংগী মশুংদা শিংথানবা স্বাবা State শিংনি । অসিগুস্বা মনিঙ-মখা তস্বা State শিং অসি অমগা অমগা অকনবা লাল থেংনরন্নি । অদুবু অসুকী মতিক শাখিনথ্রবা, অমগা অমগা উনবা স্বানরস্বত্রবা State শিং অসি ওসিদি অসিগুস্বা Olympic Games অসিনা অমত্তা ওইবা লিচিংদা পুরকপা উমহনখি । ওসিদি গ্রিস অসি অপুনবা লৈবাক অমা ওইবতা নত্তনা চাউরবা পৃথিবী অসি

অমত্তা ওইবা নিচিং অমগী মখাদা লায়না পুরকপা ওমহলি। অসিগুম্বা Olympic Games অসিনা লৈবাক অমগা অমগা য়েব্ব-তিংখঙ লৈতবগুম য়ান্না নুংশিনবা, অমগা ওইবা ইমুং-মন্-গী মচিল-মনাওগুম নুংশিনবগী খুদোংচাবা পুংকপা ওমহলি। অস্তুম্বা শান্নরোয়শিংগী মরক্তা অমত্তা ওইবা নিচিংগা লোয়ননা, মমা লৈবাকপু নুংশিবগী অচেংপা রাখল কয়াসি পোকহলি। অম-রোমদা অমুক হায়বদা \*জাতিগী ফিরালনা পৃথিবীগী তৈল লৈবাকশিংগী মমাঙলা হাইনা লুয়া পাইবা অসি উরগা ইমা লৈবাকদমক খরায় ফাওবা কথোকপগী অকনবা উইল ফাওবা পোক্তবা ওমদে।

Olympic Games অসিগী হোরককম অমস্তং মগী মও মতুং ইমা অনিথোক্তা খায়দোকপা য়াই—

(ক) The Ancient olympic Games অমস্তং

(খ) The Modern olympic Games

(ক) The Ancient olympic Games: - গ্রীক লৈবাক্তা Olympic অসি গ্রীক জাতিগী অচোবা হরাও-কুম্বে অমা ওইরম্বী। অসিগুম্বা হরাও-কুম্বে অসিগী মরু ওইবা উদ্দেশ্যদি মখে'য়গী অথোইবা ঈশ্বর 'Zeus'পু হরাওবনি। Athletic কী ওইবা খোরমশিংদা তান্নবা অমস্তং শিঙনবা অসি

Olympic তা শরক হায়িবা লৈবাক খুদিংমক্তা মগী মগী জাতিগী ফিরালনা শরক হায়গী মও তাকৈ। অসিহা নন্তনা কন গুম্বা Athletic অমদা পৃথিবীগী ওইনা event অমদা মকোক মন্তা মও মনাও ওই-রক্তমদি মহাক মশা মওতা নন্তনা মহাকী মমা লৈবাক্তা ফিরালবুহু পৃথিবীনা সন্ধান উৎসৈ।

হরাওবা অসিগী মরুওইবা ধৌরম ওইরস্মী। মচেৎ-মচেৎ  
তারবা গ্রীস জাতি অসি, জাতীগী ওইবা হরাও-কুন্স অসিনা  
অমত্তা ওইবা লিচিং অমগী মখাদা পুরকপা ওমখি।

খুংগী মমাঙ চহি ৭৭৬ তা Olympia কী নিঙখিঙ্করবা  
মফমরা ইতান হানবা ওইনা Olympic কী শান্নবা অসি হৌখি।  
মসিগী মতুংদা চহি মরি। মরি ঋন্নরগা রোমানগী নিংখৌরেন,  
থিওডোস \* (Theodosius/393 A D) না পানবা হোগৎলকপা  
ফাওবা চখখিরস্মী। অসিগুয়া রোমানগী নি খৌরেন অসিনা ;  
মৌওইবগী পুন্সিদা খুদোং খিনিংডাই ওইবা অমন্তং শেল-থুম  
মাঙনমবগী মশকি হায়না খনবগা লোয়ননা, শান্নবা অসি থি-  
খিরস্মী ঐখোয়না মতং অসিদা অমুক নিংখিঙবা যাই গ্রীসকী  
মেটটশিং অসি অমগা অমগা লাল থেংনরস্মী হায়বসি। অদুবু  
অসিগুয়া Olympic কী শান্নবা অসি হোগদবা থা কয়ামকম  
হাংলিঙগী মমাঙদা পাউ পীবা মৌওই কয়ামকম থাদোক্তনা  
গ্রীস লৈবাক শীন থুংনা মতম খরগী লাল লেপবগী মেট  
খুংদংমক্তা পাউ পীদস্মী। পাউ অসি তেক ফংবগা মেট খুদি মকৌ  
প্রজা পুন্সমক মেট অমদগী মেট অমদা চখোক-চৎশিন ভৌবা  
য়ানরস্মী অমন্তং মফম খুদিংমক্তা শংসি ওইরস্মী।

মমাংগৈঙগী গ্রীসতা চৎনরস্মা Olympic কী নিয়ম অমন্তং  
মঃ খরা মখাদা পীরি :

- ১) Olympic অসিদা নুপী অমত্তা য়াওবা য়ারমদে অমন্তং  
মসিগা লোয়ননা য়েংবসু য়াইল্লমদে।

২। শাল্লবদা যাওরিবা মীপুম খুদিংমক্কা কিরোলনচিংবা  
শেংনরমদে, হায়বদি থাঈশেংনমক্কা কি অমত্তা যাওরোইদবনি।

৩। অসিগুম্বা শিঙনবদা যাওরিবা মীপুম খুদিংমক্কা  
গ্রীকী মচা-মশু ওইবতা নন্তনা মরাল লৈতবা মী অমত্তা ওইগদবনি।

৪। শিঙনবা অসিদা যাওরিবা মীওই খুদিংমক্কা অচুম্বগী-  
দমক্কা হাশক্কা তারম্মী।

৫। ভাল্লবদা শরুক্কা যাগদৌরিবা মীপুম খুদিংমক্কা Pales-  
tra অমদা থা তরা শেম-শারগা অরোইবা থাদা Olympia দা  
অমুক্কা শেম শানরম্মী।

৬। অসিগুম্বা শিঙনবা অসি গ্রীকী স্টি অমদি  
ফেটশিংগী মমুংদতা ওইরম্মি।

গ্রীস লৈবাক্তগী Olympic Games হৌরকখিবত্তম মৈডে লৈবাক্তম  
মাইনর গেমস অমত্তা ফেট গেমসকী মম্বল তরা ঐথোয়না উবা বংলি।

মাইনর গেমসতা হায়বা মাই :- অঙাংলিংগী বাংজোং, থোংমাই, লমজেল-  
নচিংবলিং .....

ফেট গেমসতা :- থাংগী নিঙলিংবা থোক্তুবা মত্তম্বগী হৌরক্কা অমদি  
জাতিগী ঈনাং ওইনা নিংথোয়লিংগী হাংক্কা থোঙ-কাঙজৈ, মুক্কা, লগোল  
কাঙজৈ, কাং শাল্লবা, নুং হুনবা, শুক-লংবা, টা হুনবা অমত্তা লমজেলচিংবা।

অমত্তা মৈডে লৈবাক্তম খুমল, লুয়াং, চেংলৈ, মোইরাং, অঙাংলিংবা  
জোঙান জোঙানবা লৈবাক্তিংগী অকন-অঙাংলিংগী পানাগী ওইনা অমুক  
অপুনবা ওইনা ইংকালদা অরোইবা চাংয়ে অমত্তা মনা মধুম পীবনচিংবা অসি  
হৌরকপনা হৌজিককাঙবা লেগ্গা লৈত্তরি। (কাঙজৈরোল, কাংগী কাঙজোং)



৭। ভান্নবগী ধৌরম খুদিংমক লন্নাই-লন্নাইগী ওইবা ধৌরম-  
ডাক্তা ওইরন্নি অমসুং অপুনবগী ধৌরম লৈরমদে।

Olympic অসিগী মক ওইবা ধৌরম খরা মখাদ। পীরি :—  
লমজেল, চেজোং, মাঙজোং, তা লংবা, ডিস্কস্, রিক্টলিং, বোল্লিং  
(Pankration), শগোল লমজেল ঽসুং Pentathlon অসিনি।  
খাইদগী মীথোই মীহেনবা অমা খনবা মত্তমদা Pentathlon না  
লেপকনি।

অসিগুন্না ভান্নবগা মায়পাক্রবা মীশিংদ। মখোয়বু ঙ্কাই-  
খুন্মবগা লোয়ননা অশেংবা লৈকোলদগী হেক্রা শাবা চেজোং  
মনাগী লুহুপ অমসুং কোনা হুমাই অমগী মশা অমা পীবগা লোয়-  
ননা মখোয়বু ঙ্কাই খুন্মবন্নি। খাইদগী ঙ্কাই খুন্মবা মীশক  
অমা ওইগে হায়রবদি মায় পাক্রবা মীওইশিংগী মরক্তগী ওইরন্নি।  
মহাক্রা মায় পাকপগা লোয়ননা মশাগী ফেটতা ইল্লকপা মত্তমদা  
মীয়াঙ্গা পরেং-পরেং লেপুনা হরাও-তয়াঙ্গগা লোয়ননা মহাকপু  
সন্ধান ভৌনরন্নি।

(খ) The modern olympic games : শতাব্দী তরামডারোম  
লেপলুরবা মতুংদা ইংশোক ১৮৯৬ তা অসিগুন্না শান্নবা অসি  
ইনৌ নৌনা অমুক চখরকখি। মতাং অসিদা ঐথোয়না ফ্রেঞ্চ-  
য়েন বেরোন্ পেরিডি কোবার্টিন (Frenchman Baron  
Pierre de Coubertin) বু নিঙশিংদবা ওমদে। মহাকী উইন-  
কনবা, লেপুনা হোৎনবা ঝাখল অমসুং হকচাংনা ওসি ঐথোয়না  
পৃথিবী কাওরবা olympic না পাক চাউরবা পৃথিবীগী জাতি

কয়্যাবু অমত্তা ওইবা লিচিংদা পূবকখি । ঐখোয় পৃথিবীগী মৌপ্ৰম  
 খুদিংমত্তা মহাকী মফমদা চাউরবা লমল অমা হোলে ভায়বসি  
 হায়মনবা থোক্লোই । কোবাটিননা চহি ২১ চঙলকপা মতঃদা  
 ইংলণ্ড য়েংখি অমস্তং মথং চহি মত্তা লৈরগা আমেরিকাস্ত য়েংখি ।  
 অসিগুস্তা মহাকী খোঙচংখিং অসিনা মহাকী রাখন্দা অকনবা  
 Games অমস্তং Sports কী অনৌব ইখিল তঃদা হৌবকখি ।  
 মহাক্লা, মসিনা মরম ওইদুনা ফ্রান্স ( France ) গী স্থল অমস্তং  
 কলেজশিংদা Games অমস্তং Sports ওসিগী মিঃচে হেঃ৭-  
 ননবা<sup>১</sup> হোৎনখি । মমৈখংদা মহাকী মবুক শেন হোৎনজ-  
 মনগী মচেংনা ফ্রান্সতা নত্তনা অতৈ অতৈ অতোপ্লা লৈবাক-  
 শিংগী ছাত্রশিংনা অমত্তা ওইবা লিচিংদা Sport কী লম্বীদা  
 খোঙদাখি ।

মমৈখংদা মহাক্লা দেশ কয়্য কয়্য চহুনা বিশ্ববিদ্যালয়গী  
 ছাত্রশিং অমস্তং অতৈ অতৈ অতোপ্লা শাস্ত্রবগী organisation  
 কয়্যস্ত উনখি । মহাক্লা মসিগা লোয়ন-লোয়ননা শাস্ত্রবগী  
 ভাষন কয়্যস্ত পীখি । Coubertin গী অমত্তা ডায়রবা আশাদি  
 অসিগুস্তা মূলুরবা Olympic Games অসি অমুক হজ্জিল্লকপা  
 অসি মহাকী অমত্তা ডায়রবা রাখলনি । ইং শোক ১৮৯৪ দা  
 কোবাটিননা য়ুরোপ অমস্তং আমেরিকাদা লৈবা শাস্ত্রবগী ওর্গা-  
 নাইজেসন কয়্যাদা হায়জদুনা পেরিস ( Paris ) তা সভা অমা

**“The important thing in the Olympic Games is not win-  
 ning but taking part The essential thing in life is not con-  
 quering but fighting well”—Baron de Coubertin.**

ফমৰি। অসিগুহা সভা অসিদা লৈবাক ১২ গী মীহুং যাওখি  
অমহুং মীহুংশিং অদুনা য়েংনবা লৈতনা Olympic কী শান্নবা  
অসি অমুক হঞ্জিনবহু য়ানখি। সভা অসিগী ব্ৰাৱেপ ওইনা  
অহানবা Modern Olympic Games অসি গ্ৰীকী  
এথেল্স (Athens) দা শোক ১৮৯৬ তা পাঙথোকপা হায়না  
লেপনখি।

অদুবু শোক ১৯০৬ তা Olympic Games অসি পাঙ-  
থোকপা হায়না লেপনবহু, শান্নবা অসি পাঙথোকপদা পৈণা  
য়ান্না দৱকাৱ লৈৱয়ী। অদুবু লাইবক ফবদগী গ্ৰীকী নিংথো-  
কোনগী অকনবা শক্তিগী, মথাদা ঙাকপি শেনবিবগা লোয়ননা  
অতৈ অতোপ্পা পূকচেল চাউৱবা, শান্নববু মূংশিবীবা মীওই কয়াদগী  
দান কয়ামকম খোমজিনবগা লোয়ননা পাঙথোকপা ওমখি। দান  
তৌৱকগিবশিংগী মনুংদা George Averoff (গ্ৰীকী ললোনবা)  
শিঙথানবা য়াবা অমনি। মহাক্কা এথেল্সগী Stadium অ-  
পূমশেম শেন্নবগীদমক drachmas million অমা কংখি।  
অসিগুহা মওং অসিদা, ইং শোক ১৮৯৬ এপ্ৰিল ৬ তা গ্ৰীসকী  
নিংথো অহানবা জৰ্জনা অসিগুহা শান্নবা অসি এথেল্সকী  
মভিক মগুণ চেন্নবা Stadium দা ইহান হান্না হাংদোকপিখি।  
মসিদা আমেৰিকা (America) ফ্ৰান্স (France) ডেনমাৰ্ক  
(Denmark) ইংলেণ্ড (England); জৰ্মণী (Germany)  
হাংগেৰী (Hungary) গ্ৰীস (Greece) অমহুং স্তাইজাৱলেণ্ড  
(Switzerland) দগী শান্নৰোয় কয়ানা শৰুক য়াখি। অসিগুহা

মণ্ডং অসিদ্দা Ancient Olympic কী Events কয় Modern Olympic Games তা য়াওখি। অন্তুন্না World Olympic Games কী শাম্মরোয়শিংনা শাম্মবা থোকপা খুদিংদা Oath লৌই। অকোনবা Munich ( Germany ) দা শকখিবা Oath.\*

### Opening Ceremony :

অসিগুন্না Olympic Games অসি হাংদোকপা মতমদা য়ান্না নিংখিজননা, শাম্মবদা শরুক য়াগদৌরিবা, শাম্মরোয়-শিংগী Parade অমগা লোয়ননা হাংদোকই। শাম্মরোয় খুদিংমক্কা নিঙখিজরবা ফিজ্জেৎ-লৈতেংগা লোয়ননা Stadium অদুগী মশুংদা মাগী মাগী জাতিগী ওইবা কাঙলুপ কাঙলুপ ওইনা অসিগুন্না Opening Ceremony অসিদ্দা শরুক লৌই। অসিগুন্না শাম্মবা অদু পাঙথোক্কিবা লৈবাক অদুগী রাষ্ট্রপতি নল্লগা নিংখৌনা শাম্মবা অদু হাংদোক্কাই। ঐখোয়না অমুকম্হু নিঙশিংবা য়াই, অন্তুন্না পাঙথোকদৌরিবা Stadium অদুদা 'Runner' শিংনা মখং মখং শিন্নদুনা 'Olympia' ( Greece ) দগী পুরকপা 'মৈনম' অদুনা মৈগী 'কুণ্ড' শেল্লিবা মকমদা

\*1972 Munich ( west Germany ) দা শাম্মবা হৌখিববা মখাগী অসিনা oath ওইখি।

**"In the name of all competitors I promise that we will take part in these olympic games, respecting and abiding by the rules which govern them, in the true spirit of sportmanship, for tha glory of sport and for the honour of our teams"**  
**Olympic Oath.**

চুবগা লোয়ননা 'Olympic Flame' গী মঙালনা মায়কৈ খুদিংমক্তা ডালহলি।

Closing Ceremony :— লোইশিনবগী Ceremony দা শামরোয় খুদিংমক্তা অমতা ওইনা মচিল-মনাওগুৱা যান্না মুংশিনবা মওন্দা কায়নৈ। অসিগুস্তা Ceremony অসিদা Olympic কী official ওইবা মীওই অমনা অসিগুস্তা শামব। অসি লোইশিলৈ হায়না লাউথোকপগা লোয়ননা মথংগী মফম অমদা অমুক উননবগীদমক ময়ামগী মফমদা নিমন্ত্ৰণ ভৌবগা লোয়ননা বিদায় পী।

ঐথোয়না অমুক নিঙশিংবা যাই, উনি পৃথিৱী অসিদা চংনরিবা Olympic কী মশান্না অসি শৰুক অনি থোৱা খায়দোকই :— ১) Summer Olympic Games অমন্ত্ৰং (২) Winter Olympic games.

(১) Summer Olympic games :— অসিগুস্তা Summer Olympic games অসিদা Sport 22 য়াওঠ অমন্ত্ৰং মথোয়শিং অসি মথংশিংনা কাঙলুপ ৬ থোৱা অমুক খায়দোকই —

(ক) Athletic Sports (খ) Combative Sports (গ) Gymnastic Sports (ঘ) Aquatic sports (ঙ) Modern Pentathlon অমন্ত্ৰং Equestrian Sports অসিনি।

ঐথোয়না খঙবা উস্ত্ৰী, কৱিগুস্তা sport অমা Olympic Games কী মন্ত্ৰংদা শক খঙবা sport অমা ওইহনগে হায়বদি

---

\* Event, বখল মঙানা পুৱগা শেম্মী। মথোয়শিং অসি মথং ননাও নাইনা পাঙখোকনি মত্ৰুদি :— Long jump, Throwing the Javelin, 200M, Throwing the Discus অমন্ত্ৰং 1,500 M. (Rule 48 (195) Manual of Athletic Competitions).

সামগ্রিক sport অল্প দেশ ২৫ না শুরুক যাবা sport অমা ওইহনগণনি । খুদম ওইনা হায়রবদা khokho, kabadi, Base ball অসিনচিংবা মশানশিং অসি ভারত মমিং যান্না চংলি অল্পবু পৃথিবীগী অয়াস্বা মফমশিংদা olympic কৌ শুরুক অমা ওইনা লৌনদে ।

Summer Olympic Games অসিদা Track and Field গী event কয়ানা মসিগী মরুওইবা উদ্দেশ্য ওইনা লৌনৈ । অসিগুস্বা event শিং—walking, jumping, throwing, cycling অসিনচিংবতা নত্তনা team—sports কয়ান্ন য়াওরি । Team—sports অসি soccer, basket-ball hockey অমন্তঃ volley ball অসিনচিংবা অসিনি । ইং শোক ১৯০৬ কৌ বার্লিন্দা শান্নখিবা olympic games তা basket ball অসি য়াওখি । Cycle গী লমজেল, boxing, judo অসি অহানবা Modern olympic games ( Athens, 1896 ) দা য়াওখিরম্মি ।

Aquatic Sports :— Swimming অমন্তঃ Diving, Water polo, Rowing ান্তঃ Yachting অসিনচিংবা য়াওই । Swimming অমন্তঃ Diving নুগী অমন্তঃ নিপা অনিমক শুরুক য়াই ।

Winter Olympic Games :— অসিগুস্বা olympic games অল্পগী চহি অল্পমন্তঃ শান্নৈ । Speed skatting, figure skatting অসিনচিংবা ওলিম্পিক অসিগী মরু ওইবা উদ্দেশ্যনি ।

**Marathon Race :** ঐথোয়না উসি থোনা কৰা, অমসুং ইচঙ থোবা সিফাই কয়গী মতিক মগুণবু নিঙশিংদবা ওমদে। মসি হোজিকী হোগেল্লিবা নাহাৱোলশিংগী মফমদা অশেংবা পুৱিংগী অনোবা ইহো অমগা লোয়ননা Marathon গী লালফমবু নিঙশিংহল্লি। Marathon অসি Athens দগী মাইল ২৬ লাগা লৈবা লালগী মফম অমনি, মতম অমদা Greek গী লাগীগা Persian গী লাগীগা অকনবা লাল থেংনাথি। লালফমদা গ্ৰিসকী লাগীনা পারসিয়ান লাগীশিংবু মায়থোবা পীথি। Pheidippides কোবা পাউ পীথোক-পীথিন তোবা সিফাই অমনা অসিওম্বা Marathon গী লালফমদগী চেন্নকুনা লাল-ওম পাড পুতুনা Athens তান্না পাউ পীৱাথি, অদুগা লুঙাইৱৰা পাউ অনি তল্লবা মতুদা ৰাতুতুনা শিথি। অসিওম্বা থোনা কবগী খুদন অসি নিঙশিংবা ওইনা, শোক ১৮৯৬ গী অহানবা Olympics তা Marathon গী লমজেল অসি য়াওথি। গ্ৰীক্কা য়াও শেনবা, Spiridon Loues কোবা লুপা অমনা Marathon দগী Athens গী stadium য়ো ইহান হান্না চেনাথি। ইং শোক ১৯০৮ দা London দা পাঙপোথিবা olympics তা Marathon লমজেলগী অৱাঙ্গা অনি মাইল ২৬ অমসুং গজ ৬৮৫ অসুঙ্গা লেপথি। অসিওম্বা মও অসিদা পৃথিবীগী শান্নবা অসি চহি মরি মরি লৈৱগা শান্ন থ \*।

\*নিঙশিংবা হাই মতুদি মাৱাথোনগী অৱাঙ্গা অসিদগী হেগা চাংগী অঙৎবা কাথং-কুথং ভৌতুনা মৈথিংঙ, চক্ৰকীৰ্ত্তিগী জিলা দৱবাৱদা মাইব্যা ভাৱসিহেন। মাইল ৭০ য়োম্বু হুং-হুং চেকুনা থোবিন্দিগী নিৰ্মাণ্য লোথিবসিথক মাৱা-থোনগী লমজেলগা হেচল্লোই। ঐথোয়গী থোনা কৰবা ইপা ইপুনিংল পোকথি।

মখাদা শোক ১৮৯৬ তগী হোনা ওলিম্পিক শাম্মখিবা  
লৈবাক অমসুং মফম পীন্নি :—

শাম্মখিবা চহি	মফম	দেশ
১৮৯৬	এথেন্স	গ্রীস
১৯০০	পেরিস	ফ্রেঞ্চ
১৯০৪	সেণ্ট লুইস্	ইউ, এস, এ
১৯০৮	লণ্ডন	ইংলণ্ড
১৯১২	স্টোকহলম্	সুইডেন
১৯১৬	অহানবা পৃথিবীগী লাজাও	
১৯২০	এণ্ট্ৰুইপ	ডেনমার্ক
১৯২৪	পেরিস	ফ্রেঞ্চ
১৯২৮	এমফর্ডাম্	হোলেন্ড
১৯৩২	লোস-এঞ্জেলস্	কালিফোর্নিয়া
১৯৩৬	বার্লিন	জার্মানী
১৯৪০	(অনিশুবা পৃথিবীগী লাজাও)	
১৯৪৪	" " "	
১৯৪৮	লণ্ডন	ইংলণ্ড
১৯৫২	হেলসিনকি	ফিনলেণ্ড
১৯৫৬	মেলবোর্ন	অষ্ট্রেলিয়া
১৯৬০	রোম	ইটালি
১৯৬৪	টোকিও	জাপান
১৯৬৮	মেক্সিকো	

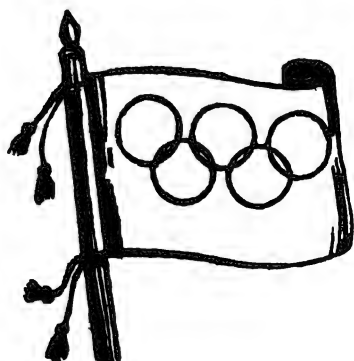


শাল্লধিবা চহি	মকম	দেশ
১৯৭২	মুনৌক	ওয়েষ্ট জার্মানী
১৯৭৬	মোণ্টরিয়েল	কানাডা

পৃথিবীগী Olympics অসি ( I. O. A. ) International Olympic Association গী ধৌংগী মতুং ইল্লা পাঙথোকই । পৃথিবীনা য়ানরবা শাল্লবা মশাল্লা খুদিংমক অসিগুহা olympics অসিদা য়াওই । মসিগী হকশিং অসি International Olympic Committee গী মথুতা শিমৈ । মসিগী Head quarter দি Lausanne ( Switzerland ) দা ওই । দেশ খুদিংমকী মশা মশাগী ওইবা Olympic Association অমমম লৈ অমমুং পৃথিবীগী তাল্লবদা য়াওগে হায়রবদি National Olympic Association গী পাসৈনা য়াওগনি । ইংশোক ১৯১২ গী olympics তা মুপীশিংসু শরুক য়াখি অমমুং ইরোইবগী ধৌরম পাঙথোকখি ।

Olympic গী ফিরাল :—

করিগুহা জাতি অমগী মশাগী ফিরাল লৈজবগুহা olympic কৌসু তোপ-তোপ্লা ফিরাল লৈজৈ । মসি ইচম চহা ফি অঙোবা অমদি অকোন্নবা লৈই মঙা ধক্লা অমগা অমগা লোশিননৈ অমমুং মথোয়গী



মহুশিং অসি অতিয়া মহু, নাপু, **অম্বা, অখংবা, অমসুং**  
**অঙাংবা** অসিনি। মখোয়শিং অসি মখং মনাও নাইনা মহা-  
 দেশ মঙাগী মহুং শিল্লি—*America, Asia, Africa, Europe*  
 অমসুং *Australia* অসিনি। অসিগুয়া চগোশিং অসিগী মখাদা  
*Olympic* কী পাউরৌ *"1 Citius, 2 Altius 3 Fortius"*  
 অসুন্না থাই। চগো অমসুং পাউবোশিং অসিগা লোয়ননা  
*Olympic Emblem* ওইনা শেম্মি।

### ইণ্ডিয়ান ওলিম্পিক এসোসিয়েসন

(Indian Olympic Association)

মমাংউদা ভারত লৈবদা ব্রিটিশকী অফিসারশিং অসি  
 শান্ন-খোংনবদা অসুকা মতিক থরায় যাওরম্মি। মখোয়শিং  
 অসি ভারতকী তোংঙান তোংঙানবা লোয়শঙ কয়াদা থবক  
 তৌরম্মি। অসিগুয়া তোঙান-তোঙানবা লোয়শঙশিং অসিদা মখল  
 মখলগী শান্নরোয়শিংগী team বয়া কয়াস্ত শেমলম্মি। খুদম  
 ওইনা হায়রবদা *foot ball, volley ball, hockey, cricket*  
 অসিনচিংবা অসিনি। অসিগুয়া শান্নবদা পাস্বা ব্রিটিশকী অফি  
 সারশিং অসিনা অসুকা মতিক থরায় যাওবদগী লৈবাক অসিদা  
 লৈবা লাইরিক তক্ষমশঙশিংদা team কয়া কয়াস্ত খোক্তকখি।  
 অসুন্না মমৈখংদদি শান্নবা পাস্বা মীওই খিবীক্লা লম্মাই ওইবা  
*Club* কয়া কয়া লিংখৎখি। অসিগুয়া মওং অসিদগী ভারত  
 অসিদা শান্নবগী ইথিল অমা পুরকখি অমসুং মমৈখংদা শান্নবা

মখল মখলগী টিমশিং অমগা অমগা পুনশিন্দুনা Association/  
Federation অমুদ্রা শেমধি। অমুদ্রা ওসিদি শাম্বা খুদিং-  
মকী তোঙান তোঙানবা মংদা District level, State level  
অমসুং International level দা ওইররে।

অমুদ্রা A ssociation শিং অসিগী হোৎনজয়নগী মপান্না  
ওসি মখল মখলগী Tournament কয়া-কয়া Ranjit Tro-  
phy, Agakhan ( hockey ) Durand ( Football )  
Beighton ( Hockey ) অসিনচিংবা কয়া কয়া উবা কংলে।

ঐখোয়না নিঙশিংবা রাই, শোক ১৯১৯ দগী হোনা অসি-  
গুদ্রা ওলিম্পিকী ইথিল অসি ভারতী হোরকখি। অসিগুদ্রা  
মভাং অসিদা ঐখোয়না Sir Dorabji Tata গী মকমদা য়ান্না  
চাউরবা লম্বন অমা তোলে হায়বদা হায়মনবা থোক্লোই। মহারাজা  
Antwerp তা ভৌখিবা পৃথিবীগী ওলিম্পিক্তা ভারতকী শাম্বা-  
রোয়শিংবু শরুক য়াহনগে হায়না খনখিরম্মি। অরাবদি, মতম  
অদ্রদা ভারতকী ওলিম্পিক এসোসিয়েসন অসি লৈরম্মি। অদ্রবু  
Tata গী অখাঙকনবা, লেপখিবা পুক্রিং হোংদবা অমসুং অচেৎপা  
মখলগী শক্তিনা International Olympic Association দা  
হেজ্ঞা খুৎখেননা affiliation ভৌদ্রনা ভারতকী শাম্বারোয়  
( Athlete ) ও Antwerp তা ভৌখিবা শোক ১৯২৭ গী পৃথি-  
বীগী olympic তা শরুক য়াহনখিবা অদ্রনি।

ইং শোক ১৯২৩ দা All India Olympic Committee  
অসি শেমধি। Committee অসিনা শীল-লাঙদ্রনা Indian

Olympic Games হায়না খড়নরবা All India Athletic Meet অমা ইহান হানবা ওইনা New Delhi দা পাঙথোকখি। অসিগুহা Meet অসিদা শোক ১৯২৪ দা Paris তা ভৌখিবা পৃথিবীগী olympic games তা শরুক য়ারুনবগীদমক Athlete ৭ খনখি। মতৌ অমুহা ওসি ফাওবদা ভ'রতকী শান্নরোয়শিংনা পৃথিবীগী ওলিম্পিক গেমস-তা শরুক য়ারি।

ইং শোক ১৯২৭ তা Sir Dorabji Tata না President অমমুং Dr. A. G. Neohren না Secretary ওইদুনা Indian Olympic Association অসি শেষখি। মমৈখংদা Dr. A. G. Neohren না খবক্তগী পোখারবদা G. D. Sondhi বু ইণ্ডিয়ান ওলিম্পিক এসোসিয়েসন অসিগী Secretary ওইনা খনখি। ঐখৌহুনা নিঙশিংবা য়াই. Dr. A. G. Neohren অমমুং H C. Buck কী হোংনজমুহা ওসি ভারতকী ফেট খুদিংমক্তা ফেটকী ওইবা ওলিম্পিক এসোসিয়েসন অমমম লৈরে। অসুহা পুহা শেল্লবা ইণ্ডিয়ান ওলিম্পিক এসোসিয়েসন অসিগী মন্তেংনা ভারতকী hockey গী team অমা আমফাডাম ( Holland ) দা শান্নখিবা পৃথিবীগী ওলিম্পিক গেমসতা খাদুনা মায়পাকপগা লোয়ননা পৃথিবীগী সন্মান ফংখি। অসিগুহা ইণ্ডিয়ান ওলিম্পিক এসোসিয়েসন অসিগী সংবিধান্দা য়াওবা উদ্দেশ্য কয়। মখাদা গীরি।

1. "To encourage, promote, assist in and secure adequate participation in the olympic games, and such other international contests as may be

approved, of competitors representative of Indian Empire.

2. To control and regulate on an amateur basis track and field athletics, cycling, swimming, volley ball, basket ball indigenous games, wrestling and any other sport for which there does not exist at present an All-India controlling body.

3. To encourage the continuous training of competitors for participation in regional and All-India contests in athletics and other sports mentioned in (2) above the olympic games and other international contests.

4. To hold every two years the National Championship meets in Athletic and sports mentioned in (2) above.

5. To encourage athletics and other sports for women."

অসিগুস্থা উদ্দেশ্যশিং অসিগী মখাদা ওসি ঐখোয়না পৃথিবীগী ওলিম্পিক কয়াদা ভারতকী শামরোয় কয়ানা শরুক য়ারক্লি।

অসিদা নত্তনা ভারতকী শামবা খুদিংমকী Association অমন্সং Federation কয়ানা অসিগুস্থা ইণ্ডিয়ান ওলিম্পিক এসোসিয়েসন অসিদা এফিলিয়েসন তৌরি।

## ଓଲ ଇଣ୍ଡିଆ କାଉନ୍ସିଲ ଓଫ ସ୍ପୋର୍ଟସ

( All India Council of Sports )

ଭାରତନା ସ୍ବରାଜ ଫଳବା ମତୁଂଦା ହୀରମ ଖୁଦିଂମକ୍ତା ଚାଓଃଃ-  
ପଗୀ ଖୋଢ଼ଃଃ ଚଢ଼ଶିଳ୍ପକପଂଶୁମ, ହକଚାଂଗୀ ଓହିବା ଶିକ୍ଷା ଅମଦି  
ଶାଲ୍ଲବନଚିଂବା ହୀରମ କୟାଦନ୍ତ ନୋଂମ ନୋଂମଗୀ ଚାଓଃଃ-ଖୋଢ଼ଃଃଦା  
ଚଢ଼ଶିଳ୍ପକପା ଉବା ଫଂଃ। ଅସିଂଶୁହା ହକଚାଂଗୀ ଓହିବା ଶିକ୍ଷା ଅମଦି  
ଶାଲ୍ଲବନଚିଂବା ଅସିଂଶୁଦମକ ଭାରତ ସରକାରନା ଧୋଦାଂ କୟା କୟା  
ପାୟଃଃଃ। ଅସିଂଶୁହା ଧୋରାଂଶିଂ ଅସିଂଶୁ ମନ୍ତୁଂଦା ଓଲ ଇଣ୍ଡିଆ  
କାଉନ୍ସିଲ ଓଫ ସ୍ପୋର୍ଟସ ଅସି ଅମନି। ଇଂଶୋକ ୧୯୧୫ ଦା  
ଭାରତକୀ ଶିକ୍ଷା ମନ୍ତ୍ରୀଗୀ ବିଭାଗନା ଅସିଂଶୁହା ଓଲ ଇଣ୍ଡିଆ କାଉନ୍-  
ସିଲ ଓଫ ସ୍ପୋର୍ଟସ ଅସି ଶେମଧି।

କାଉନ୍ସିଲ ଅସିଦା ମରୁ ଓହିନା ନେସନେଲ ସ୍ପୋର୍ଟସ କେଡ଼ରେ-  
ସନଗୀ ସନ୍ଥାପତି ଅମନ୍ତୁଂ ଅଢ଼ି ଅତୋପ ଅତୋମ୍ମା ଶାଲ୍ଲବଗୀ ହିରମଦା  
ମୟିଂଲୈରବା ଓର୍ଗେନାଇଜେସନାଶିଂଗୀ ମୀଓହି କୟାନା ଏକ୍ସ ଓଫିସିଓ  
ମେନ୍ଦ୍ର ଓହିନା ସ୍ବାଓଧି। ଅସିଦା ନନ୍ତନା ସରକାରଗୀ ମୀହଂ ମନ୍ତାନ୍ତ  
କାଉନ୍ସିଲ ଅସିଦା ସ୍ବାଓବଗା ଲୋୟନନା ପୁମ୍ମା କାଉନ୍ସିଲ ଅସିଦା  
ସିହଂ ୧୧ ସ୍ବାଓଧି ଅମନ୍ତୁଂ ଅସିଂଶୁ ମନ୍ତୁଂଦଗୀ ମୀ ୧ ନା ଶାବା ଏକ-  
ଜିକ୍ଯୁଟିଢ଼ି ଗୋଡ଼ି ଅମନ୍ତୁ ଶେମଧି।

ଈଂଶୋକ ୧୯୧୯ ଦା କାଉନ୍ସିଲ ଅସି ଅମୁକ ଶେମଦୋରୁବା  
ମତୁଂଦା ଅସ୍ବାହା ମେନ୍ଦ୍ର ସରକାରନା ହାମ୍ମା ମୀଓହିଶିଂନା ଓହିଧି। ପୁମ୍ମା  
ମେନ୍ଦ୍ର ୧୧ ନା ଶାବା କାଉନ୍ସିଲ ଅସି ସରକାରନା ଧରାଧି ଅମନ୍ତୁଂ

মধঃশিৎনা মধৌয়গী মতম অসি চহি অনি অনিগী ওইথি । মঠৌ  
অমসু Dr. P. Subharayam বু কাউন্সিল অসিগী সভাপতি  
অমসুঃ অঠৈ অতোপ্লা মরু ওইবা মীওই কয়া - Maharaja  
Yadwindra Singh, Rajkumari Amritkaur অমসুঃ অঠৈ  
অতোপ্লা কয়া কাউন্সিল অসিদা য়াওথিৱস্মি । কাউন্সিল অসিগী  
মরু ওইবা উদ্দেশ্য অমসুঃ ধৌদাং কয়া মধাদা পীৱি ।

১ । কাউন্সিল অসিগী মরু ওইবা মঠৌ অমসুঃ উদ্দেশ্যদি  
ভারত সরকারদা গেয়স অমসুঃ স্পোর্টসকা মরি লৈনবা হৌরম  
কয়াদা পাউতাক পীবা অসিনি ।

২ । ভারত সরকার অমসুঃ নেসনেল স্পোর্টস ফেডারে-  
সন অমসুঃ এসোসিয়েসনশিংগী মরুতসু মরি লৈনহনবা অসিনি ।

৩ । স্পোর্টসকা ওর্গেনাইজেশন কয়াবু নেসনেল লেভেলদা  
য়াওবা য়াহনবা, শক খঙহনবা অসিসু মসিগী মরু ওইবা  
ধৌদাংনি ।

৪ । ওর্গেনাইজেশনশিংনা ভারত সরকারগী মতং নিভবা  
মতমদা কাউন্সিল অসিগী ধাগৎপা রাইহিংশংগা লোয়ননা সর-  
কারদা খঙহনবা অসিসু কাউন্সিল অসিগী মথৌনি ।

ধৌজিক ফাওবদা কাউন্সিল অসিনা ফেডারেশন অমসুঃ  
এসোসিয়েসন কয়াবু শক খঙহল্লি । মধৌয়শিং অসিগী মিং মধাদা  
পীৱি :—

1. All India Foot ball Federation.
2. All India Hockey Federation.

3. School Games Federation
4. Amateur Athletic Federation of India
5. All India Lawn Tennis Association.
6. Badminton Association of India-
7. Board of Cricket Club of India,
8. National Rifle Association.
9. National Polo Association,
10. Indian Weight Lifting Federation.
11. Volley ball Federation of India.
12. Swimming Federation of India
13. Kabaddi Federation of India.
14. Table Tennis Federation of India.
15. Ball Badminton Federation of India
16. Basket ball Federation of India.
17. Wrestling Federation of India

অসিগুস্থা ওল ইণ্ডিয়া কাউন্সিল ওক স্পোর্টস (A.I.C.S.) অসিনা লৈবাক শিশুংনা গেমস অমসুং স্পোর্টস অসি চাওখেন নবা হোৎনরি। মরু ঙইনা A.I.C.S. না নেসনেল লেভেল, ফেট লেভেল অমসুং ডিষ্ট্রিক্ট লেভেল কয়াদা কেম্প কয়া কয়া হাংদোক-তুনা ভারতকী শাল্লাবা অসি চাওখৎ-খোঙখাং পুরস্কনবগী কয়া হোৎনরি। মসিগীদমক, ঐধোয়গী নৌনা হোগং লক্লিবা নাহারোল শিবিক্লা অসিগুস্থা খুদোংচাবা কয়া লৌছনা নেসনেল লেভেল এদি ইস্তরনেসনেল লেভেলদা অনৌবা আশাগা লোয়ননা মায়রোং য়াবা অসি ঐধোয়গী অমত্তা ডায়রবা, শাল্লাবগী সংসার অসিদা, ভৌদ্রবা য়াদ্রবা উদ্দেশ্যানি।



## এসিয়ান গেমস্ ( Asian Games )

ঙসি ঐখোয় অয়াস্থনা তানৱে, এসিয়ান গেমস্ । চাও-খংলকপগী খোঙথাং মতুং ইন্না, হৌজিকৌ মতম অসিদা শান্ন-খোৎনবগী ইয়াং অসি পৃথিবীগী মফম খুৎমক্তা অচৌবা ঙ্গেই অমা ওইৱক্লি । মসিগা সোয়ননা এসিয়ান গেমস্ কী মৱমদা শমলপ্পা খৰা উগনি, ঐখোয়না নিঙশিংবা য়াঙ, এসিয়ান গেমস্ অসি শান্নদ্রিঙেগী মমাঙদা ওয়েষ্টান্ এসিয়ান গেমস্ ফেডৱেসন ( W. A. G. F. ) হায়বা অমা লৈৱম্মী । অসিগুম্মা W. A. G. অসি পৃথিবীগী olympic games কুম্মা চহি ৪/৪ লৈৱগা ইত্তহত্তনা চণবা হায়না লেপখিৱম্মী । অংবু লাইবক থিবদগী অনিশুবা পৃথিবীগী লাঞ্জাওনা মৱম ওইদুনা শান্নবা অদু অপনবা অমা ওইখি ।

অদুবু মতমগী মতুং ইন্না মীওইবগী খুদোংচাৰা লাঞ্জবদি নভে, ইং শোক ১৯৪৮ দা লগুনদা পাঙথোকখিবা পৃথিবীগী olympic games তা এসিয়াগী লৈবাকশিং অসি, শান্নবগী লম্বীদা অনৌবা মিৎকপ অমা থোকখি । অসিগুম্মা চাউৱবা থোদাং অমা য়াখিবগীদমক, ঐখোয়না জিঃ ডিঃ সোন্ধিবু মতম লৈবা থিবিক্তা কাউফম থোক্তে । মহাকী অখাঙ কনবা মথোনা অমসুং মৱোশিংগীদমক, মহাকপু ঐখোয়না “এসিয়ান গেমস্ কী মপা” হায়নসু ঞঙনৈ । অসিগুম্মা olympic games দা শৱক য়াখিবা এসিয়াগী লৈবাকশিংগী মীল্‌শিং অদু উনবগা সোয়ননা

'The Asian Amateur Athletic Federation'সি শেমখি । অসিগুহা শান্নবা অসি চহি ৪/৪ লৈরগা শান্নবা হান্ননা লেগখি । অন্ত্রা যানরবা মতুংদা Sub-committee অমন্তু শেমখি । অসি-গুহা Sub-Committee অসিগী মথুতা ফেডারেসন অসিগী সংবিধানন্তু শেম্বা শক্তি পীথিরম্মী ।

ইং শোক ১৯৪৯ দা এসিয়াগী তোঙান তোঙানবা লৈবাক-শিংদগী লাকপা মীহুংশিংনা শেম্বা সভা অমা নিউ দিল্লি দা কমখি । অসিগুহা সভা অসিনা এসিয়ান গেমস অসিগী Draft Constitution অমন্তু শেমখি । সভা অসিনা যানখি মত্তুদি এসিয়াদা লৈরিবা শান্নরোয়শিং অসি শেম শাবা ওইনা পৃথিবীগী olympic games পাঙথোকদবা চহি অদুগী মাঙওইননা চহি ৪/৪ লৈরগা শান্নবা লেগখি । অসিগুহা মঙং অসিদা সভা অসি মন্ত অমন্তা ওইনা শোক ১৯৫১ দা নিউ দিল্লিগী নেহরু ফেডি-রমদা ইহান হানবা ওইনা অসিগুহা এসিয়ান গেমস অসি হৌখি । অসিগুহা শান্নবা অসিদা এসিয়াগী লৈবাক ১১ না শরুক য়াখি, অমন্তু শান্নবা অসিদা ভারতনা সনাগী তকমা ৫ ফংখি । মন্তো অন্ত্রা ওসি ফাওবদা করিগুহা অশোয় অঙাম লৈতনা চহি ৪/৪ লৈরগা শান্নবচু চথরক্লি ।

অন্ত্রা মখাদা শোক ১৯৫১ দগী হোনা শান্নখিবা লৈবাক-শিংগী -মফম-মফম-চহি মথং মনাও ওইনা মখাদা পীথি :—

চহি	মফম	দেশ
১৯৫১	নেহরু ফেডিরম	ইণ্ডিয়া

১৯৫৪	বনিল্লা	কিলিপাইন
১৯৫৮	টোকিও	জাপান
১৯৬২	জাকাৰ্টা	ইণ্ডোনেছিয়া
১৯৬৬	বেঙ্কক	থাইলেণ্ড
১৯৭০	স্কোল	সাউথ কোৰিয়া
১৯৭৪	টেহাৰান	ইৰান

ইংশোক ১৯৬২ দা জাকাৰ্টাদা ভৌখিবা এশিয়ান গেমসতা ভাব ভানদবা খৱা থোকখিবদগী স্পোৰ্টসমেন পিৰিটতা অকাৱৰা খৱা থোকখি। অসিগুহা এশিয়ান গেমস অসিদা ইণ্ডোনেছিয়ানা টাইৱান অমসুং ইজৰেলবু শাল্লবা অসিদা ৱাওদনবা দাবি ভৌখি। মদুনা লুংঙাইনদবা ফিবম অমা ওইখি। অদুনা চহি অসিগী এশিয়ান গেমস অদুদা জাপাননা সনাগী তকমা ৫৫ ফংদুনা খুদোংচাবা লৌখি অমসুং ভাৱতনা সনাগী তকমা ১০ তমক ফংখি। অদুমকপু ভাৱতনদি ফুটবোলগী চেম্পিয়নসিপ ফংখি। লাইবক খীবা অমনা পাকিস্তানগী মখুতা হোকিদদি ৱায়খীবা ফংখি। মথং অমুক ইংশেক ১৯৬৬ কী বেঙ্কক পাঙথোকখিবা এশিয়ান গেমসতা টাইৱান অমসুং ইজৰেলসু ৱাওখি। অদুবু চহি অসিমন্তদা জাপাননা সনাগী তকমা ৭৮ ফংদুনা মকোক ওইখি।

মভৌ অসুহা ৱাৰ্লড ওলিম্পিক্স অতংপা লৈভনা চখবন্তম এশিয়ান গেমসসু মদুদা শৱক ৱাৱকনি মকসু অকসুবা ধোৱাং ভৌবসি লেপ্তকরি। জাতিগী ওইকি সুংগীদমকসু মথং মথং চখবকনি অদুগা ইমাল্লব মৱক তিল্লবা ধোৱাং ৱাৱকনি ৱায়বসি নাৱাৱোলশিংগী অচেংপা পুৰুচেৱি।

লৌখিবা

18261  
LIBRARY

